

	<b>ДЕНЬ 8</b>													
	<b>Завтрак</b>													
365	Масло сливочное	20,0	0,16	14,50	0,26	136,57	0,00	0,00	0,12	0,00	2,40	3,80	0,08	0,04
53	Суп молочный с макаронными изделиями	250,0	7,00	7,63	22,45	191,72	0,10	2,28	0,03	0,32	214,85	175,38	27,71	0,43
226	Рыба отварная	100,0	13,80	7,50	6,30	152,16	0,10	7,30	0,04	1,60	33,00	142,70	18,60	1,10
128	Картофельное пюре	250,0	5,71	8,23	38,82	259,06	0,29	9,21	0,05	0,00	71,60	168,65	57,61	2,07
268	Кофейный напиток с молоком	200,0	3,04	3,20	12,10	91,84	0,04	1,30	0,01	0,00	124,76	90,54	14,52	0,07
367	Хлеб пшеничный	80,0	6,08	0,64	38,88	190,29	0,01	0,00	0,00	0,00	1,60	5,20	1,12	0,09
	<b>Итого</b>	<b>900,0</b>	<b>35,79</b>	<b>41,70</b>	<b>118,81</b>	<b>1021,64</b>	<b>0,54</b>	<b>20,08</b>	<b>0,25</b>	<b>1,92</b>	<b>448,21</b>	<b>586,26</b>	<b>119,63</b>	<b>3,80</b>
	<b>2-ой завтрак</b>													
293	Сок фруктовый	200,0	1,00	0,00	18,20	78,72	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	14,00	8,00	0,60
	Печенье	20,0	1,50	2,36	14,88	89,11	0,02	0,00	0,00	0,00	5,80	18,00	4,00	0,42
89	Фрукты свежие	200,0	0,76	0,76	18,62	86,53	0,06	24,70	0,00	0,00	30,40	20,90	17,10	4,18
	<b>Итого</b>	<b>420,0</b>	<b>3,26</b>	<b>3,12</b>	<b>51,70</b>	<b>254,35</b>	<b>0,09</b>	<b>28,70</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>50,20</b>	<b>52,90</b>	<b>29,10</b>	<b>5,20</b>
	<b>Обед</b>													
7	Овощи натуральные	100,0	1,60	0,01	18,73	83,44	0,02	24,80	0,00	3,35	41,98	31,01	14,36	0,57
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250,0	8,81	11,99	22,03	238,00	0,18	3,08	1,21	3,44	23,42	131,83	38,30	1,55
262 М	Сердце в соусе	120,0	18,63	17,48	1,63	245,62	0,30	32,89	0,04	3,62	30,13	328,58	19,59	6,92
302 М	Ризотто с овощами	250,0	8,75	16,75	40,00	355,65	0,06	20,63	0,16	1,71	36,20	56,75	32,13	1,33
283	Компот из сухофруктов	200,0	1,82	0,00	36,75	158,14	0,04	1,40	0,00	0,00	60,50	51,50	36,75	1,12
367	Хлеб пшеничный	80,0	6,08	0,64	38,88	190,29	0,01	0,00	0,00	0,00	1,60	5,20	1,12	0,09
368	Хлеб ржаной	60,0	4,62	0,60	27,60	137,68	0,05	0,00	0,00	0,00	10,80	55,20	12,00	1,74
	<b>Итого</b>	<b>1060,0</b>	<b>50,31</b>	<b>47,47</b>	<b>185,62</b>	<b>1408,82</b>	<b>0,66</b>	<b>82,80</b>	<b>1,41</b>	<b>12,12</b>	<b>204,63</b>	<b>660,06</b>	<b>154,24</b>	<b>13,31</b>
	<b>Полдник</b>													
*	Пирог творожный с изюмом	100,0	6,50	14,10	52,90	374,67	0,08	0,00	0,08	0,75	44,41	52,80	11,06	0,90
293	Сок фруктовый	200,0	1,00	0,00	18,20	78,72	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	14,00	8,00	0,60
	<b>Итого</b>	<b>300,0</b>	<b>7,50</b>	<b>14,10</b>	<b>71,10</b>	<b>453,39</b>	<b>0,10</b>	<b>4,00</b>	<b>0,08</b>	<b>0,75</b>	<b>58,41</b>	<b>66,80</b>	<b>19,06</b>	<b>1,50</b>
	<b>Ужин</b>													
366	Сыр	20,0	4,60	5,80	0,00	72,80	0,01	0,32	0,00	0,00	20,00	10,80	10,00	0,22
	Салат витаминный	150,0	0,53	7,49	4,69	91,08	0,04	4,73	0,00	5,63	34,58	42,00	19,95	0,90
270 М	Котлеты московские	150,0	19,25	22,82	13,04	344,60	0,10	1,59	0,00	5,03	48,71	218,42	2,46	2,86
114	Капуста тушеная	200,0	4,07	9,21	11,59	149,86	0,07	11,66	0,00	6,03	108,71	77,15	38,51	1,42
294	Чай с лимоном	200,0	0,14	0,02	6,52	27,49	0,01	6,40	0,00	0,00	12,58	3,82	2,08	0,10
367	Хлеб пшеничный	60,0	4,56	0,48	29,16	142,72	0,01	0,00	0,00	0,00	1,20	3,90	0,84	0,07
368	Хлеб ржаной	80,0	6,16	0,80	36,80	183,58	0,07	0,00	0,00	0,00	14,40	73,60	16,00	2,32
	<b>Итого</b>	<b>860,0</b>	<b>39,31</b>	<b>46,62</b>	<b>101,80</b>	<b>1012,12</b>	<b>0,30</b>	<b>24,69</b>	<b>0,00</b>	<b>16,68</b>	<b>240,18</b>	<b>429,68</b>	<b>89,84</b>	<b>7,89</b>
	<b>Второй ужин</b>													
272	Кисломолочный напиток	200,0	5,00	6,40	12,00	129,22	0,08	1,40	0,00	0,00	251,97	189,98	30,00	0,20
	Зефир	20,0	0,52	0,04	17,00	72,20	0,01	4,52	0,00	0,09	15,94	8,10	4,99	1,11
	<b>Итого</b>	<b>220,0</b>	<b>5,52</b>	<b>6,44</b>	<b>29,00</b>	<b>201,42</b>	<b>0,09</b>	<b>5,92</b>	<b>0,00</b>	<b>0,09</b>	<b>267,91</b>	<b>198,08</b>	<b>34,99</b>	<b>1,31</b>
	<b>Всего</b>		<b>141,69</b>	<b>159,45</b>	<b>558,04</b>	<b>4351,74</b>	<b>1,78</b>	<b>166,19</b>	<b>1,76</b>	<b>31,56</b>	<b>1269,54</b>	<b>1993,79</b>	<b>446,86</b>	<b>33,02</b>

