



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

201	Суп молочный с крупой <i>молоко крупа пшеничная масло сливочное сахар</i>	кКал-665, Белки-24, Жиры-26, Угл-85
182	Какао с молоком <i>молоко сахар какао порошок</i>	кКал-108, Белки-4, Жиры-3, Угл-16
40	Бутерброды с маслом <i>хлеб пшеничный масло сливочное</i>	кКал-136, Белки-2, Жиры-8, Угл-15

Итого за Завтрак1 кКал-909, Белки-30, Жиры-37, Угл-116

Завтрак2

167	Сок	кКал-117, Белки-1, Угл-27
-----	------------	---------------------------

Итого за Завтрак2 кКал-117, Белки-1, Угл-27

Обед

180	Суп картофельный с бобовыми <i>картофель горох морковь лук репчатый соль масло растительное зелень чеснок</i>	кКал-533, Белки-20, Жиры-21, Угл-65
130	Пюре картофельное. <i>картофель молоко масло сливочное соль</i>	кКал-118, Белки-3, Жиры-4, Угл-17
70	Котлеты, биточки, шницели рубленные <i>говядина (покрамка лопаточная часть грудинка) молоко хлеб пшеничный мука пшеничная масло растительное</i>	кКал-242, Белки-16, Жиры-16, Угл-8
50	Салат из свеклы <i>свекла масло растительное</i>	кКал-47, Белки-1, Жиры-3, Угл-4
28	Хлеб ржаной	кКал-55, Белки-2, Угл-11
30	Хлеб пшеничный	
180	Компот из сухофруктов <i>сухофрукты (ассорти) сахар кислота лимонная</i>	кКал-56, Угл-14

Итого за Обед кКал-1 051, Белки-42, Жиры-44, Угл-119

Полдник

94	Вареники ленивые (отварные) <i>молоко сгущенное масло сливочное</i>	кКал-208, Белки-13, Жиры-11, Угл-13
101	Вареники ленивые (полуфабрикат) <i>творог 9% жирн. мука пшеничная яйцо сахар соль</i>	кКал-208, Белки-17, Жиры-8, Угл-17
180	Чай с сахаром <i>сахар чай</i>	кКал-48, Угл-12

Итого за Полдник кКал-464, Белки-30, Жиры-19, Угл-42

Итого за день кКал-2 541, Белки-103, Жиры-100, Угл-304