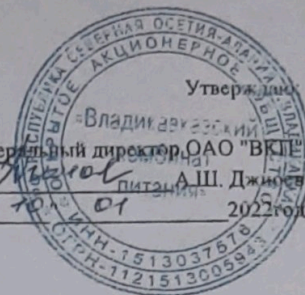


день 9



| № п/п  | № Рецептуры          | Наименование блюда                              | Масса порции, г | Пищевые вещества |               |               | Энергетическая ценность (ккал) |  |
|--------|----------------------|---|-----------------|------------------|---------------|---------------|--------------------------------|--|
|        |                      |   |                 | Белки, г         | Жиры, г       | Углеводы, г   |                                |  |
| 1      | 2                    | 3   | 4               | 6                | 7             | 8             | 9                              |  |
| День 9 | <b>Завтрак:</b>      |   |                 |                  |               |               |                                |  |
|        | 223/М                | Запеканка из творога с соусом сладким сметанным | 150/50          | 20,95            | 18,33         | 42,87         | 420,3                          |  |
|        | 379/М                | Напиток кофейный на молоке                      | 180             | 2,74             | 2,26          | 18,6          | 105,7                          |  |
|        |                      | Хлеб пшеничный                                  | 40              | 3,04             | 0,4           | 19,32         | 93,0                           |  |
|        | 338/М                | Яблоко  | 100             | 0,4              | 0,4           | 9,8           | 44,4                           |  |
|        |                      | <b>Итого:</b>                                   | <b>520</b>      | <b>27,13</b>     | <b>21,39</b>  | <b>90,59</b>  | <b>663,4</b>                   |  |
|        |                      | <b>Обед:</b>                                    |                 |                  |               |               |                                |  |
|        | 45/М                 | Салат из белокочанной капусты                   | 60              | 0,93             | 3,05          | 2,6           | 41,57                          |  |
|        | 98/М                 | Суп крестьянский с рисом                        | 200             | 1,74             | 4,95          | 11,7          | 98,31                          |  |
|        | 294/М                | Биточки из индейки с соусом томатным, 90/30     | 120             | 9,56             | 9,86          | 12,14         | 175,54                         |  |
|        | 202/М                | Макароны отварные                               | 150             | 6,2              | 4,58          | 42,3          | 235,22                         |  |
|        | 342/М                | Компот из вишни, 180/10                         | 180             | 0,14             | 0,04          | 13,88         | 56,44                          |  |
|        |                      | Хлеб пшеничный                                  | 20              | 1,58             | 0,2           | 9,66          | 46,76                          |  |
|        |                      | Хлеб ржаной                                     | 40              | 2,64             | 0,48          | 15,86         | 78,32                          |  |
|        | 338/М                | Яблоко  | 100             | 0,4              | 0,4           | 9,8           | 44,40                          |  |
|        | <b>Итого за Обед</b> | <b>870</b>                                      | <b>23,19</b>    | <b>23,56</b>     | <b>117,94</b> | <b>776,56</b> |                                |  |