

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 7</b>								
<b>Завтрак</b>	Каша "Дружба"	200	7,51	8,34	30,44	227	0,91	
	Хлеб пшеничный	30	2,25	7,55	14,62	136		
	Чай с лимоном	200	0,1		11,7	48,1	0,8	
<b>Итого:</b>			9,86	15,89	56,76	411,1	1,71	
<b>Обед</b>								
	Рагу мясное	200	1,89	5,97	15,77	124,44	26,79	
	Овощной салат	60	0,82	5,04	4,45	66,43		
	Хлеб пшеничный	40	2,25	7,55	14,62	136		
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	23,88	97,6	1,72	
<b>Итого:</b>			2,87	11,17	44,1	288,47	28,51	
<b>Полдник:</b>	Банан	100	0,9	0,3	4,8	57	6	
<b>Итого:</b>						2		
<b>Ужин</b>	Макароны отварные с маслом	150	4,07	3,39	25,15	171		
	Хлеб пшеничный	30	2,25	7,55	14,62	136		
	Какао с молоком	200	3,67	3,19	15,82	140	1,43	
<b>Итого:</b>			9,99	14,13	55,59	447	1,43	
<b>Итого за седьмой день</b>			22,72	41,19	156,45	1203,57	37,65	

