

8 день
Среда, 2 неделя

Название блюда	Масса	Калорийность
ЗАВТРАК		
Сырники со сметаной	150/15	322,7
Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
Масло сливочное	10	66,1
Хлеб пшеничный	40	93,8
Хлеб ржаной	20	34,2
Итого	435	544,7
2-ой ЗАВТРАК		
Ацидолакт	100	85
ОБЕД		
Огурец свежий в нарезке	60	8,5
Суп овощной с фрикадельками	200	144,8
Капуста тушеная с мясом птицы	150	137,2
Компот из смеси сухофруктов	200	81
Хлеб пшеничный	40	93,8
Хлеб ржаной	40	68,4
Итого	690	533,7
ПОЛДНИК		
Какао с молоком	200	100,4
Манник со сметаной	100/10	290,6
Итого	310	390,6
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		
	1535	1554