

10 день
Пятница, 2 неделя

Название блюда	Масса	Калорийность
ЗАВТРАК		
Каша жидкая молочная пшенная	150	206,2
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	482
2-ой ЗАВТРАК		
Ацидолакт	100	85
ОБЕД		
Огурец свежий в нарезке	60	8,5
Свекольник с мясом	200	85,8
Картофельное пюре	150	139,4
Котлета из мяса птицы	75	126,4
Компот из сухофруктов	200	81
Хлеб ржаной	40	68,4
Итого	765	588,6
ПОЛДНИК		
Суфле рыбное	80	91,4
Хлеб пшеничный	40	93,8
Молоко	200	120
Итого	520	507
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1820	1662,6