

	9 День					
Завтрак	Масло сливочное 82,5%	15	0,08	12,38	0,12	112,20
	Яйцо куриное отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80
	Каша вязкая на молоке (из хлопьев овсяных)	200	9,80	11,74	32,78	276,74
	Чай с лимоном рец. 2	200	0,06	0,00	10,20	42,28
	Хлеб пшеничный	55	4,40	0,55	27,01	130,90
	Итого завтрак:	510	19,415	29,265	70,385	624,92
Второй завтрак	Фрукт в ассортименте	200	0,80	0,80	19,60	94,00
	Итого второй завтрак :	200	0,8	0,8	19,6	94
Обед	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	0,52	8,46	1,65	84,48
	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	250	4,53	10,33	8,45	167,90
	Суфле из отварной птицы (цыплята)	90	12,04	11,21	3,07	145,43
	Картофельное пюре	180	3,57	6,65	29,19	214,76
	Соус томатный	50	0,72	2,15	4,17	39,35
	Компот из плодов сухих (смесь косточковых плодов)	200	0,80	0,12	26,48	92,26
	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,40	19,64	95,20
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
	Итого обед:	950	28,01	39,75	109,051	919,374
Полдник	Запеканка из творога	80	12,62	8,34	13,34	185,86
	Джем, повидло	20	0,00	0,00	9,07	36,67
	сок фруктовый в ассортименте	200	2,00	0,00	20,00	86,00
	Итого полдник :	315	11,706	8,464	78,949	437,325
Ужин	Горошек зеленый консервированный	25	0,72	0,65	1,33	14,38
	Рыба (филе), тушенная в томате с овощами	120	11,14	6,04	5,12	157,99
	Рис отварной	180	3,20	7,41	21,41	165,47
	Чай с лимоном рец. 2	200	0,06	0,00	10,20	42,28
	Хлеб пшеничный	55	4,40	0,55	27,01	130,90
	Сыр полутвердый	15	3,90	3,92	0,00	51,60
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
	Итого ужин:	635	26,0494	18,99906	81,4641	642,6156
Второй ужин	Биойогурт 2 %	200	10,00	6,40	7,00	136,00
	Итого второй ужин:	200	10	6,4	7	136
	Итого за 9 день	2810	95,9804	103,6781	366,4491	2854,235