



Куклина В.В

26 июля

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша манная молочная	205	213
Бутерброд с маслом и джемом	45	117
Кофейный напиток на молоке	150	92
Второй завтрак:		
Апельсины	100	82
Обед:		
Салат из свежих овощей	60	49,98
Суп крестьянский со сметаной и мясом	200	75,2
Котлета мясная в соусе	120	165,2
Макароны отварные	150	171,5
Хлеб пшеничный	50	93,5
Хлеб ржаной	30	56,1
Компот из Ягод	180	67,5
Полдник:		
Молоко	200	108
Печенье	60	172
Ужин:		
Запеканка пшеничная с творогом и сгущенным молоком	60	233,2
Хлеб пшеничный	30	78,9
Хлеб ржаной	20	36,2
Чай с сахаром	200	43
		1854,28