

		итого	548,00	25,00	341,16	15,22	25,13	180,30
--	--	-------	--------	-------	--------	-------	-------	--------

7 день

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ГПД	138							
	685	Суп картофельный с крупой(пшено)	267	12,57	119	2,78	2,67	20,61
	пром	Чай с сахаром	200	1,65	35,00	0,00	0,00	9,00
	пром.	Печенье	30	8,28	2,20	3,90	22,30	167,00
		Хлеб ржаной , пшеничный14/14	28	2,50	61,84	0,70	0,17	13,50
		итого	525,00	25,00	218,04	7,38	25,14	210,11

8 день								
Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ГПД	110	Борщ с капустой и картофелем и сметаной	182	9,54	71	1,2	3,6	8,45
	685	Чай с сахаром	200	1,65	35,00	0,00	0,00	9,00
	пром	Вафли	30	11,31	58,53	0,42	3,30	58,53
	пром.	Хлеб ржаной , пшеничный14/14	28	2,50	61,84	0,70	0,17	13,50
		итого	440,00	25,00	226,37	2,32	7,07	89,48

9 день

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ГПД	138	Суп картофельный с рисом	280	12,57	125,44	2,91	2,8	21,62
	685	Чай с сахаром	200	1,65	35,00	0,00	0,00	9,00
	пром	Печенье	30	8,28	2,20	3,90	22,30	167,00
	пром.	Хлеб ржаной , пшеничный14/14	28	2,50	61,84	0,70	0,17	13,50
		итого	538,00	25,00	224,48	7,51	25,27	211,12

10 день

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
------------	--------	-------	-------------	------	--------------	-------	------	----------