

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	<i>Суфле творожное со сметанным соусом</i>	170/30	341,00
	Масло коровье сливочное порционное	8	59,84
	<i>Хлеб пшеничный высшего сорта</i>	35	82,6
	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	180	145,34
<b>Итого за завтрак</b>		<b>423</b>	<b>591,08</b>
	<i>Фрукт</i>	<b>100</b>	<b>19,0</b>
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>19,00</b>
обед	<i>Суп-лапша</i>	200	166,28
	<i>Капуста тушеная с мясом</i>	200	265,51
	<i>Салат из кукурузы</i>	50	70,22
	<i>Хлеб ржаной</i>	50	191,5
	<i>Лимонный напиток</i>	200	47,67
<b>Итого за обед</b>		<b>700</b>	<b>741,18</b>
полдник	<i>Пирог с яйцом</i>	60	147,70
	<i>Чай сладкий</i>	200	63,78
<b>Итого за полдник</b>		<b>260</b>	<b>211,48</b>
ужин	<i>Каша овсяная молочная</i>	200	133,66
	Кисель	180	145,34
	<i>Хлеб пшеничный высшего сорта</i>	35	82,6
<b>Итого за ужин</b>		<b>450</b>	<b>367,66</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1933</b>	<b>1930,40 (100%)</b>