



3 день

Дата

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.		
Обед								
10/2	Рассольник домашний со сметаной	210	1,94	0	5,09	4,29	12,73	102,8
48/8	Голубцы с мясом и рисом (ленивые)	90	5,64	4,65	5,82	0,79	5,78	96,96
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	160	3,63	0,03	3,18	0,51	38,26	196,7
37/10	Напиток из шиповника	200	0,24	0	0,1	0,1	19,49	74,32
-	Хлеб витаминизированный	50	3,31	0	0,33	0,33	23,45	112
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
Итого за 'Обед'			16,73	4,68	14,88	6,38	112,2	640,8