



	Томатная паста	5	5								
	<b>Перловка отварная</b>			125	9,7	5,28	74,48	368,6		<b>69</b>	
	Крупа перловая	40	120								
	Масло сливочное	5	5								
	<b>Компот из сухофруктов</b>			150	0,17	0,0	29,31	91,67		<b>21</b>	
	Вода	130	130								
	Смесь сухофруктов	11	11								
	Сахар	5	5								<b>11</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	50	50	50	4,15	0,65	24,05	113,5			
			Всего								
					31,78	19,65	137,59	770,47			
<b>Полдник</b>	<b>Бифидок</b>			170	4,76	5,44	7,99	98,6	<b>0,3</b>	<b>49</b>	
	Бифидок	170	170								
	<b>Ватрушка с творогом</b>			94	9,2	9,1	30,2	241	<b>1,0</b>	<b>22</b>	
	Мука пшеничная	45	45								
	Молоко	30	30								
	Масло сливочное	3	3								
	Масло растительное	3	3								
	Яйцо куриное	0,13	5								
	Сахар	5	5								
	Дрожжи сухие	0,5	0,5								
	Творог	15	15								
			Всего		13,96	14,54	38,19	339,6			
<b>Ужин</b>	<b>Творожный пудинг</b>			149	22,41	33,5	9,47	459,1	<b>0,24</b>	<b>80</b>	
	Творог	150	150								
	Крупа манная	10	10								
	Сахар	5	5								
	Масло сливочное	5	5								
	Яйцо куриное	1/13	5 шт								
	<b>Сметанный соус</b>			60	1,26	4,96	7,0	76,9	<b>0,04</b>	<b>28</b>	
	Сметана	20	20								
	Молоко	30	30								
	Мука пшеничная	5	5								
	Сахар	5	5								
	<b>Какао на молоке</b>			200	5,95	8,56	19,78	157,9	<b>0,4</b>	<b>39</b>	
	Какао порошок	2	2								
	Сахар песок	10	10								
	Молоко	200	200								
			Всего		28,85	34,67	50,13	599,4			
	<b>Итого за целый день</b>				<b>87</b>	<b>96,61</b>	<b>255,28</b>	<b>2,307,9</b>			