

ДЕНЬ 7

Сырники с морковью с соусом фруктовым	150/1	15,66	17,92	27,22	332	0,2	2,91	80	2,27	184,2	272,1	40,31	1,09	665,03	Могильный 2017год №221
Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	0	2,9	0	0,01	7,75	9,78	5,24	0,9	0,14	Могильный 2017год №377
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,72	47,6	0,06	0	0	0,52	9,2	34,8	13,2	0,8	0	Могильный
Фрукты свежие	100	1,08	0,24	9,72	49	0,05	15	0	0,3	24	16,5	13,5	3,3	45	Могильный

Итого за седьмой день		18,39	18,34	61,86	490,6	0,31	20,81	80	3,1	225,2	333,2	72,25	6,09	710,17	
-----------------------	--	-------	-------	-------	-------	------	-------	----	-----	-------	-------	-------	------	--------	--

ДЕНЬ 8

Печень по строгановски с соусом	80	15,6	11,3	3,52	171	0,52	67,68	7896	1,25	42,5	422,4	62,44	8,58	8064,42	Могильный 2017год №255
Макаронны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,09	0	12	0,8	11,51	45,5	8,23	0,83	13,5	Могильный 2017год №309
Огурец(сезон)	30	0,24	0,03	0,51	3	0,01	2,1	0	0,03	5,1	9	4,2	0,15	3	Могильный 2017год №70
Какао на молоке	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,02	0,78	10	0	124,8	90	14	0,14	22	Могильный 2017год №382
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2	0,06	0	0	0,52	9,2	34,8	13,2	0,8	0	Могильный
Булочка(Батон)	3	2,51	0,96	13,46	72,5	0,31	0,56	1,6	2,36	42,8	83,18	26,84	0,86	4	Могильный 2017год №428

Итого за восьмой день		30,99	20,67	80,96	628,75	1,01	71,12	7919	4,96	235,9	684,9	128,9	11,36	8106	
-----------------------	--	-------	-------	-------	--------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	--

ДЕНЬ 9

Птица-куры тушенные в соусе	80	6,96	6,17	6,88	110,93	0,1	3,42	35,7	1,62	19,72	111,1	17,57	1,17	20,4	Могильный 2017год №292
Каша гречневая	150	4,38	6,21	21,39	163,52	0,3	0	0	0,55	15,07	205,9	138,1	4,63	0	Бутейкинс №85
Помидор(сезон)	30	0,34	0,03	1,05	6	0,01	2,1	0	0,03	5,1	9	4,2	0,15	3	Могильный 2017год №70
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,02	0,78	10	0	124,8	90	14	0,14	22	Могильный 2017год №379