

Меню на 28.03.2024 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Вита мин С	№ рецептуры
			Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
Завтрак	Каша гречневая молочная с маслом, сахаром	180 200	13,94	20,8	50	444,8	0,9	50
	Чай сладкий с сахаром	180 200	0	0	23,96	86	0	114
	Хлеб пшеничный со слив. маслом	30/5	0,80	1,53	5,12	37,8	0	100
2-ой Завтрак	Яблоко	90	0,38	0,38	9,31	41,8	9,5	128
Итого за завтрак			15,12	22,71	88,39	610,4	10,4	
Обед	Бульон манный с гренками на мк/б	180 200	5,85	0,97	20,97	326,25	5	14
	Суфле рисовое с мясом курицы, соусом	120 140	18,94	15,61	9,55	354,43	13,5	30
	Свекла отварная порционно	25	0,43	2,13	2,51	28,17	2,85	66
	Компот из сухофруктов	180 200	0,96	0	47,6	180	0,8	107
	Хлеб ржаной	30 40	1,19	0,21	6,03	31,32	0	103
Итого за обед			27,37	18,92	86,66	920,17	22,15	
Полдник	Коф. напиток с молоком	180 200	2,4	2,6	26	180	1,3	103
	Хлеб пшеничный	30	0,69	0,27	4,74	23,54	0	104
Итого за полдник			3,09	2,87	30,74	203,54	1,3	
Итого за день			45,58	44,5	205,79	1734,11	33,85	