

МЕНЮ

Неделя первая:

День: Среда, 7.05.25г

№ рец	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет.ценность ккал
			бел	жир	углев	
	Завтрак					
172	Каша манная жидкая	150	3,09	6,07	26,98	167,00
2	Хлеб с маслом	30/5	2,45	7,55	14,62	136,00
395	Кофейный напиток с молоком	150	3,67	3,19	15,82	107,00
	всего:		9,21	16,81	57,42	410,00
	Второй завтрак					
399	Сок яблочный	100	0,90	0	18,18	76,00
	Обед					
73	Рассольник домашний	150	0,84	3,05	4,41	52,44
336	Капуста тушённая	120	2,03	6,69	13,97	148
9	Котлета мясная	50	9,78	13,04	18,90	213,00
1	Хлеб	30	2,69	0,26	18,78	90,40
391	Чай	150				
	Зефир	15			20,38	83,60
	всего		15,34	23,04	76,44	587,44
	Полдник					
216	Омлет на натуральном молоке	110	18,10	10,80	13,96	268,00
1	Хлеб	20	2,69	0,26	18,78	90,40
349	Компот из сушеных фруктов	150	0,40	0,02	22,99	102,00
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		40,20	37,31	147,99	1522,33