



Меню

На 04 МАЯ 2022г.



	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша вязкая пшениная молочная	200	7,02	8,92	27,41	217,0
	Кофейный напиток с молоком	180	1,5	1,5	12,5	58,0
	Бутерброд с маслом и сыром	30/6	2,31	5,19	14,63	116
	ИТОГО		10,83	15,61	54,54	391,0
гп	ЯБЛОКО	100	0,2	0,1	10,10	46,0
	ИТОГО		0,2	0,1	10,1	46,0
Обед	Щи из свежей капусты, с мясом курицы и со сметаной	250/106	3,68	7,07	8,58	118,0
	Биточки из говядины	80	11,76	9,76	8,48	166,86
	Соус красный основной	50	0,69	1,95	3,09	31,0
	Свекла отварная с чесноком					
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,28	94,4
	Гарнир из макаронных изделий	200/1	12,00	4,71	30,75	238,0
	Напиток из свежих фруктов (яблок, груш)	180	0,00	0,00	23,28	90,0
	ИТОГО		31,33	23,89	93,46	738,26
Полдник	Печенье	30	0,9	1,2	21,00	87,18
	Чай с сахаром	180/12	0,00	0,00	11,98	43,0
	Итого		0,9	1,2	32,98	130,18
Ужин	Суп - Уха	200/25	9,16	14,08	51,15	366,62
	Чай с сахаром	180	1,5	1,6	12,1	61,1
	Хлеб	40	3,2	0,4	19,28	94,4
	Итого		13,86	16,08	82,53	521,02
	Итого за день		57,09	56,88	273,61	1826,46

