

ДЕНЬ: ВТОРНИК  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 07.05.2024г

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энергет. ценнос.
		Белки	Жиры	Углев.	
<b>ЗАВТРАК-1:</b>					
1. Бутерброд с маслом, сыром	10/10/40	3,34	9,08	22,14	178,2
2. Запеканка из творога со сгущенной подливой	75	11,8	10,9	15,05	205,5
3. Какао на молоке	200	3,6	3,3	25,0	144,0
<b>ЗАВТРАК-2</b>					
1. Сок фруктовый / ягодный	150	0,60	0	6,0	27,0
<b>ИТОГО</b>		19,49	23,28	77,34	596,7
<b>ПОЛДНИК:</b>					
1. Салат из свежих огурцов и помидоров	40	0,16	0	1,36	6,0
2. Щи из свежей капусты со сметаной и мясом	250	3,33	6,75	10,72	118,5
3. Картофель тушеный с куриц/говяд	60	8,34	1,26	5,76	67,8
4. Чай с сахаром	150	3,15	6,6	16,35	138,0
5. Хлеб столовый	200	0,26	0	18,91	76,5
<b>ИТОГО</b>	50	4,0	0,65	22,0	110,0
<b>ИТОГО</b>		19,24	15,26	75,1	516,8
<b>ПОЛДНИК:</b>					
1. Пряник	200	3,45	1,5	34,85	185,0
2. Молоко кипяченое	85	5,6	7,0	9,0	124,0
<b>ИТОГО</b>		9,05	8,5	43,85	309,0
<b>ВСЕГО</b>		47,78	47,04	196,29	1622,3