

ДЕНЬ: ВТОРНИК
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 14.05.2024г

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценн.
		Белки	Жиры	Углев.	
ЗАВТРАК-1:					
1.Бутерброд с маслом и сыром	10/10/40	4.67	7.19	17.84	154.3
2.Запеканка из творога со сгущенной подливой	100	16.77	9.53	16.57	226.4
3.Какао на молоке	180	3.05	3.34	19.97	121.0
ЗАВТРАК-2					
1. Сок фруктовый / ягодный	100	0.28	0	7.91	32.2
ИТОГО		24.77	20.06	62.29	533.9
ОБЕД:					
1 Салат из свежих огурцов и помидоров	60/70	0.25	0	1,5	5.0
2.Борщ со сметаной мясом курицы/говядины	200	5.81	8.9	11.56	155.0
3.Макаронные изделия отварные	150	3.77	2.94	19.36	96.6
4.Котлета из курицы/говядины	80	21.16	12.24	2,61	205.9
5. Чай с сахаром, лимоном	180	0.75	0	15,15	69.0
6. Хлеб столовый	50	4,0	0.65	22,0	110.0
ИТОГО		35.74	24.73	72.18	641.5
ПОЛДНИК:					
1.Вафли	36	3,45	8.75	34.3	90.5
2. Молоко кипяченое	180	5,6	7.0	9,0	124.0
3. Бананы	80				
ИТОГО		9,05	15,75	43,3	214,5
ВСЕГО		69,56	60,54	177,77	1590,9