

ДЕНЬ: СРЕДА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 24.04.2024г

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энергет ценност
		Белки	Жиры	Углев.	
ЗАВТРАК-1:					
1.Бутерброд с маслом	10/40	6,04	9,47	20,71	192,4
2.Омлет натуральный	200	5,84	5,88	33,85	206,6
3.Чай с молоком	200	3,6	3,3	25,0	144,0
ЗАВТРАК-2					
1. Сок фруктовый / ягодный	150	0,29	0	7,0	33,6
ИТОГО		15,77	18,65	86,56	576,6
ОБЕД:					
1.Огурец/помидор порционный	70	1,12	7,07	6,72	95,2
2.Суп с макаронными изделиями с мясом курицы/говядины	250	4,74	6,61	16,45	145,0
3.Голубцы ленивые с мясом курицы/говядины	180	12,16	18,03	7,59	186,6
4.Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	27,0	110,0
5.Хлеб столовый	50	4,0	0,65	22,0	110,0
ИТОГО		22,52	32,36	79,76	646,8
ПОЛДНИК:					
1.Булочка домашняя	60	4,5	7,8	36,2	233,0
2. Йогурт питьевой	200	1,4	1,34	15,38	78,2
3.Яблоко	100	1,99		29,12	118
ИТОГО		5,9	9,14	51,58	311,2
ВСЕГО		44,19	60,15	217,9	1711,6