

МЕНЮ на 25 апреля 2022 г.



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 День 1 Завтрак	Макароны отварные	200	12,38	13,34	30,28	290,66	206
	Кабачковая икра	40	2	9	8,6	122	
	Бутерброд с маслом	30/10	7,6	11,8	21,22	173,2	16
	Чай с сахаром	180	0,16	-	14,9	56,87	392
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>460</b>	<b>22,14</b>	<b>34,14</b>	<b>75</b>	<b>642,73</b>	<b>401</b>
2 завтрак	Кефир	100	4,35	3,75	6	75	
Обед	<b>Итого за 2 завтрак:</b>	<b>100</b>	<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>6</b>	<b>75</b>	
	Щи из свежей капусты с рыбными консервами	200	6	8,2	7,3	126,8	22
	Сосиска отварная	50	8	11	0,6	122,5	275
	Картофельное пюре	100	3,6	5,7	24,5	164,7	3212
	Компот из сушеных фруктов с витамином С	180	1,04	-	26,96	107,4	376
	Хлеб пшеничный	40	3,24	0,48	18,5	88	2
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12	57	1
<b>Итого за обед:</b>	<b>600</b>	<b>23,83</b>	<b>25,68</b>	<b>89,86</b>	<b>666,4</b>		
Уплотненный полдник	Вагрушка с повидлом	100	13,17	7,83	41,69	288,57	14
	Сок	200	0,3	0,3	16,3	68	399Ж
	Яблоко	120	1,8	0,6	25,2	115,2	368

