

Меню на 23.06.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 4</b>			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
	<b>Омлет натуральный с маслом</b>	95,00	9,01	12,51	2,24	156,25	0,49	96
	<b>Чай с сахаром</b>	180,00	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
	<b>Бутерброд с маслом</b>	30 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
<b>2-ой завтрак</b>	<b>Яблоко</b>	50	0,48	0,00	23,80	90,00	0,4	85
<b>Обед</b>	<b>Салат из моркови с изюмом</b>	50,00	0,70	3,05	8,38	63,00	27,83	59
	<b>Суп с овсяной крупой на курином бульоне</b>	200,00	4,97	6,19	21,30	152,84	9	4
	<b>Гороховое пюре с мясом</b>	120,00	26,60	19,20	25,77	371,75	8,72	31
	<b>Компот из сухофруктов</b>	180,00	0,15	0,01	24,43	96,00	6,4	86
	<b>Хлеб ржаной</b>	40,00	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
<b>Полдник</b>	<b>Суп молочный с макаронными изделиями</b>	200,00	5,85	5,81	19,99	155,00	1	50
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20,00	2,64	0,92	18,00	92,21	0	76
<b>Ужин</b>	<b>Плов рисовый с мясом кур</b>	170,00	4,78	3,91	22,92	145,99	0	25
	<b>Какао с молоком</b>	180	2,9	2,4	14,3	71,1	1,2	89/1
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20,00	2,64	0,92	18,00	92,21	0	76
<b>Итого за четвертый день</b>			66,16	59,83	242,61	1728,39	46,04	

