

Меню на 10.01.2023 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептур ы
День 2			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша манная молочная	200,00	7,26	9,48	23,49	206,79	1,35	47
	Чай сладкий с лимоном	180,00	0,10	0,00	15,20	61,00	2,8	92
	Бутерброд с маслом	30 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2-ой завтрак	Банан	130	0,40	0,30	10,30	47,00	5	83
Обед	Суп «здоровье» на курином бульоне	200,00	5,94	4,86	23,91	163,64	16,73	2
	Котлета куриная	80,00	16,73	15,78	4,25	225,82	0,48	30
	Гороховое пюре	130	3,41	6,33	28,09	183,13	0	21
	Компот из сухофруктов (изюм)	180,00	0,48	0,00	23,80	90,00	0,4	85
	Хлеб ржаной	40,00	30,40	0,06	15,36	80,04	0	77
Полдник	Сырники творожные со сгущенным молоком	130 50	21,38	14,52	26,58	322,08	0,057	68
	Кофейный напиток	180,00	1,40	0,00	30,04	120,50	5,4	91
Ужин	Жаркое домашнему	180,00	20,80	21,84	22,43	357,84	8,17	29
	Кисель	180	3,6	3,6	18,69	119,7	8,7	89
	Хлеб ржаной	30,00	2,64	0,92	18,00	92,21	0	76
Итого за второй день			120,71	85,50	287,96	2134,70	55,19	94,84

