

меню на 07.07.2023 г. Утверждаю: заведующий Ю.Д. Щербакова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетические вещества, г				Энергетическая ценность	Витамин	№ рецепту ры
День 5									
ЗАВТРАК	Каша ячневая, молочная	200	9,3	9,3	5,04	35,27	212,5	280	
ЗАВТРАК	Чай с мармеладом	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	395	
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	45	1,08	0,94	6,92	39,76	0,048	133	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		425	13,23	12,65	26,32	166,03	213,718		
ЗАВТРАК 2	Морс	100	1,5	0,5	21	95	10	368	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		100	1,5	0,5	21	95	10		
ОБЕД	Суп фасолевый	200	7,55	0,66	20,15	167	5,325	64	
ОБЕД	Рулет мясной	200	26,31	16,86	26,08	365,06	179,4	74/1	
ОБЕД	Горошек консервированный	30	0,69	1,95	3,09	31	0,39	228	
ОБЕД	Хлеб ржаной/пшеничный	30	0,2	0,1	15	60	0	116	
ОБЕД	Кисель	200	0,48	0	23,8	90	0,4	241	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		770	42,54	30,91	94,534	870,53	185,515		
ПОЛДНИК	Печенье овсяное	80	3,09	14,02	11,3	288,76	0	522	
ПОЛДНИК	Фрукты	30	6,34	11,01	0,744	127,72	0	9	
ПОЛДНИК	Чай	180	2,45	0,08	7,55	136	0	491	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		260	3,29	14,12	26,3	348,6	0		
УЖИН	Овощное рагу	120	3,09	4,51	17,25	154,06	22,4	62	
УЖИН	Хлеб ржаной/пшеничный	30	0,2	0,1	15	60	0	116	
УЖИН	Чай с печеньем	180	2,45	0,08	7,55	136	0	491	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		410	8,19	4,77	47,35	486,06	22,4		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1830	38,46	42,86	206,04	1466,69	265,218		