

Меню на 22 мая 2024г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша манная	200	8,47	11,13	33,91	268,01
	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,35	59,7
	Батон с маслом	60/7	4,05	4,84	30,2	189,0
Итого за завтрак			12,72	16,02	79,46	516,71
Обед	Салат из моркови	60	1,2	-	8,4	36,8
	Суп картофельный с клецками	250	8,5	6,86	29,1	221,2
	Пюре картофельное с мясными фрикадельками	120/60	10,31	7,47	31,76	295,49
	Компот из сухофруктов	200	1,2	0,65	26,0	89,0
	Хлеб пшеничный	60	4,02	6,0	30,09	122,4
Итого за обед			25,23	20,98	125,35	764,89
Полдник	Гренка молочная	80	6,9	13,9	33,5	289,8
	Какао с молоком	200	7,9	11,68	34,45	257,8
Итого за полдник			14,8	25,58	67,95	547,6
	Итого за день		52,75	62,58	272,76	1829,2