

Меню на 9 октября 2023г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша «Дружба»	200	9,04	8,85	53,15	332,9
	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			13,29	13,74	98,7	581,6
Обед	Щи с мясом	250	15,6	19,8	39,5	220,5
	Макаронны отварные с мясной котлетой	120/60	15,04	16,43	35,58	338,69
	Компот из сухофруктов	200/15	1,2	0,65	29,6	89,0
	Хлеб пшеничный	60	4,02	6,0	30,09	122,4
Итого за обед			35,86	42,88	134,77	770,59
Полдник	Булочка	80	10,24	16,86	49,97	353,9
	Кисель	200	0,15	0,12	9,55	39,0
Итого за полдник	Используется йодированная соль		10,39	16,98	59,52	392,9
	Итого за день		59,54	73,6	292,99	1745,09