

Ежедневное меню на 02.02.2024г.

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | | Пищевые вещества, гр | | | | | | Энерг. ценность | | Витамин С | | № рецептур с/р 2016 |
|---------------|---|-------------|-------|----------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|-----------------|---------------|--------------|-------------|---------------------|
| | | Я | С | Б | | Ж | | У | | Я | С | Я | С | |
| | | | | Я | С | Я | С | Я | С | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | Суп молочный с макаронными изделиями | 150 | 180 | 4.2 | 5.0 | 4.1 | 4.9 | 11.6 | 13.9 | 96.9 | 116.3 | 0.6 | 0.7 | 171 |
| | Чай с лимоном | 150 | 200 | 0.08 | 0.09 | - | - | 11.4 | 15.2 | 45.8 | 61.0 | 2.1 | 2.8 | 504 |
| | Батон нарезной | 30 | 40 | 2.3 | 3.0 | 1.0 | 1.2 | 15.5 | 20.6 | 78.6 | 104.8 | - | - | 117 |
| | Яйца вареные | 20 | 40 | 2.6 | 5.1 | 2.3 | 4.6 | 0.2 | 0.3 | 31.5 | 63.0 | - | - | 306 |
| | | | | 9.18 | 13.2 | 7.4 | 10.7 | 38.7 | 50.0 | 252.8 | 345.1 | 2.7 | 3.5 | |
| II Завтрак | Сок фруктовый | 100 | 100 | 0.5 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 10.1 | 10.1 | 46.0 | 46.0 | 3.0 | 3.0 | 532 |
| | Печенье | - | 15 | - | 11.3 | - | 1.5 | - | 11.2 | - | 62.6 | - | - | 609 |
| | | | | 0.5 | 11.8 | 0.1 | 1.6 | 10.1 | 21.3 | 46.0 | 108.6 | 3.0 | 3.0 | |
| Обед | Суп-пюре из овощей с гренками из пшеничного хлеба | 150 | 180 | 3.5 | 4.1 | 4.2 | 5.0 | 10.5 | 12.6 | 110.5 | 132.6 | 6.2 | 7.4 | 167 |
| | Печень по-строгановски | 50\20 | 70\20 | 4.2 | 5.4 | 13.3 | 17.1 | 3.1 | 4.0 | 148.3 | 190.6 | 5.9 | 7.6 | |
| | Каша гречневая вязкая | 110 | 130 | 2.1 | 2.5 | 0.5 | 0.6 | 13.3 | 15.7 | 106.0 | 125.3 | - | - | 237 |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 200 | 0,4 | 0.5 | - | - | 20.6 | 27.5 | 84.0 | 112.0 | 0,3 | 0.36 | 527 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 40 | 2.0 | 2.7 | 0.4 | 0,5 | 10.1 | 13.4 | 52.7 | 70.3 | - | - | 115 |
| | | | | | 12.2 | 15.2 | 18.4 | 23.2 | 57.6 | 130.8 | 501.5 | 630.8 | 12.4 | 15.4 |
| Полдник | Пряники | 35 | 50 | 2.1 | 3.0 | 1.7 | 2.4 | 26.6 | 38.0 | 128.1 | 183.0 | - | - | 608 |
| | Молоко кипяченое | 150 | 180 | 4.5 | 5.4 | 5.0 | 6.0 | 7.4 | 8.9 | 78.0 | 93.6 | 2.0 | 2.4 | 534 |
| | | | | 6.6 | 8.4 | 6.7 | 8.4 | 34.0 | 46.9 | 206.1 | 276.6 | 2.0 | 2.4 | |
| Итого | | | | 28.48 | 48.6 | 32.6 | 43.9 | 140.4 | 249.0 | 1006.4 | 1361.1 | 20.1 | 24.3 | |

