

Ежедневное меню на 26.08.2024г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества, гр						Энерг. ценность		Витамин С		№ рецептур
		Я	С	Б		Ж		У		Я	С	Я	С	
				Я	С	Я	С	Я	С					
Завтрак	Каша гречневая молочная жидкая	150	180	5.0	5.9	3.0	3.6	18.5	22.1	101.2	145.3	0.7	0.8	254
	Кофейный напиток с молоком	150	200	2.4	3.2	2.03	2.7	11.9	15.9	59.3	79.0	-	-	513
	Батон нарезной	40	40	3,0	3.0	1.2	1.2	20,6	20.6	104.8	104.8	-	-	117
	Сыр порционный	10	15	2.5	3.8	2.5	3.8	3.2	4.8	40.0	60.0	1.0	1.1	106
					<b>12.9</b>	<b>15.9</b>	<b>8.73</b>	<b>11.3</b>	<b>54.2</b>	<b>63.4</b>	<b>305.3</b>	<b>389.1</b>	<b>1.7</b>	<b>1.9</b>
11 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	537
	Печенье	-	15	-	11.3	-	1.5	-	11.2	-	62.6	-	-	609
				<b>0.5</b>	<b>11.8</b>	<b>0.1</b>	<b>1.6</b>	<b>10.1</b>	<b>21.3</b>	<b>46.0</b>	<b>108.6</b>	<b>3.0</b>	<b>3.0</b>	
Обед	Суп картофельный с мясными фрикаделькам	150	180	4.8	5.8	2.5	3.0	9.2	11.1	130.4	156.5	7.4	8.9	154
	Котлета мясная	50	70	7.9	11.1	9.8	13.7	3.2	4.4	121.9	170.7	-	-	386
	Макаронные изделия отварные	110	130	5.4	6.5	0.6	0.7	30.0	36.0	106.3	125.6	0.01	0.01	297
	Кисель из свежих плодов	150	200	1.1	1.5	-	-	21.8	29.0	82.8	110.4	-	-	518
	Хлеб ржаной	30	40	2.0	2.7	0.4	0,5	10.1	13.4	52.7	70.3	-	-	115
				<b>21.2</b>	<b>27.6</b>	<b>13.3</b>	<b>17.9</b>	<b>74.3</b>	<b>93.9</b>	<b>494.1</b>	<b>633.5</b>	<b>7.41</b>	<b>8.91</b>	
Полдни к	Булочка »Домашняя»	50	60	4.5	5.4	2.5	3.0	29.5	35.4	129.8	155.8	-	-	583
	Ряженка	150	200	4.5	7.2	9.0	12.0	6.2	8.3	75.0	100.0	1.1	1,3	536
				<b>9.0</b>	<b>12.6</b>	<b>11.5</b>	<b>15.0</b>	<b>35.7</b>	<b>43.7</b>	<b>204.8</b>	<b>255.8</b>	<b>1.1</b>	<b>1.3</b>	
	Итого			<b>43.6</b>	<b>67.9</b>	<b>33.6</b>	<b>45.8</b>	<b>174.3</b>	<b>222.3</b>	<b>1050.2</b>	<b>1387.0</b>	<b>13.2</b>	<b>15.11</b>	
						<b>3</b>						<b>1</b>		