Меню на 27.04.2024 г.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход (г)** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетичес**  **кая ценность (ккал)** | **Вита**  **мин С** | **№**  **рецептуры** |
| **Белки (г)** | **Жиры (г)** | **Углеводы (г)** |
| **Завтрак** | **Каша гречневая рассыпчатая** | **130** | **8,575** | **5,52** | **47,7** | **300,6** | **1,5** | **6.4** |
| **Какао на сгущенном молоке** | **180** | **1,754** | **1,74** | **8,049** | **58,43** | **0,002** | **10.1** |
| **Хлеб пшеничный со сливочным маслом** | **30/7** | **3,12** | **6,27** | **17,28** | **151,07** | **0,196** | **12.2** |
| **Второй завтрак** | **Сок** | **105** | **2,02** |  | **14** | **57** | **2** | **10.2** |
| **Итого за завтрак** | | | **15,469** | **13,53** | **87,549** | **567,1** | **3,698** |  |
| **Обед** | **Суп картофельный с рыбными консервами** | **200** | **11,39** | **9,61** | **16,49** | **213,16** | **8,15** | **2.11** |
| **Тушеные овощи** | **150** | **3,44** | **5,17** | **14,98** | **153,51** | **48,55** | **5.4** |
| **Сосиска отварная** | **80** | **24,65** | **28,6** | **1,67** | **362,26** |  | **3.20** |
| **Компот из яблок** | **200** | **0,57** |  | **17,63** | **95,48** | **0,03** | **10.9** |
| **Хлеб ржаной** | **52** | **1,88** | **0,28** | **19,92** | **85,6** |  | **12.1** |
| **Итого за обед** | | | **41,93** | **43,66** | **70,69** | **910,01** | **56,73** |  |
| **Полдник** | **Кофейный напиток** | **200** | **0,045** |  | **9** | **56,1** |  | **10.16** |
|  | **Хлеб пшеничный** | **30** | **3,12** | **6,27** | **17,28** | **151,07** | **0,196** | **12.3** |
| **Итого за полдник** | | | **3,165** | **6,27** | **26,58** | **207,17** | **0,196** |  |
| **Итого за день** | | | **60,564** | **63,46** | **184,819** | **1684,28** | **60,624** |  |