

Меню " 26 " Октябрь 2021

Прием пищи, наименование блюда	выход блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность, ккал
		Б	Ж	У	

завтрак

ЙОГУРТ	95	2,6	2,3	4,2	52,1
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160/5	4,9	5,9	24,8	171,3
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200	0,1	0,0	10,0	42,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,0	23,4	118,6
итого за завтрак		10,9	8,2	62,4	383,9

обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	3,0	5,8	53,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,6	3,5	15,5	112,6
РАГУ ОВОЩНОЕ С ОТВАРНЫМ МЯСОМ	160	12,6	14,8	12,1	232,7
КИСЕЛЬ С-ВИТАМИНИЗАЦИЯ	200	0,0	0,0	12,0	128,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2,0	0,0	12,0	59,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,2	0,0	16,0	80,0
всего за обед		23,1	21,3	73,4	665,7
итого за день		34,0	29,6	135,7	1 049,6

Завтрак *Урусове 4 н*