

Ежедневное меню.

10.06.2025г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал.)	№ Рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак:	Суп молочный вермишелевый	200	5,58	6,12	19,73	156,08	7
	Хлеб с маслом	35/5	2,72	5,4	17,45	127,1	
	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64	2
2 завтрак:	яблоко	100	0,4	-	9,8	45	к/к 100
Обед:	Салат из свеклы с изюмом	50	0,71	5,03	8,14	80,73	11
	Рассольник домашний с курой	200	4,6	7,4	14,7	147,1	101
	Жаркое по – домашнему	190	21,16	34,25	24,65	491,49	32
	Отвар шиповника	200	0,34	-	14,05	56,5	84
	Хлеб (пш.рж)	25/37	4,24	1,17	24,37	128,85	
Полдник:	Ватрушка с повидлом	60/20	4,42	6,56	43,03	255,85	45
	Кофейный напиток	200	2,79	3,19	19,71	118,69	20
Итого за день			47	69,1	208,27	1655	