

Ежедневное меню.

30.05.2025г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал.)	№ Рецеп туры
Пятница			белки	жиры	углеводы		
Завтрак:	Каша «Дружба» молочная	200	6,55	8,33	35,09	241,11	65
	Хлеб с маслом	35/5	2,72	5,4	17,45	127,1	
	Кофейный напиток	200	2,79	3,19	19,71	118,69	20
2 завтрак:	яблоко	100	0,4	-	9,8	45	
Обед:	Суп картофельный с макаронными изделиями и говядиной	200	7,7	6,6	23,6	185,1	103
	Котлета мясная	70	10,68	11,72	5,74	176,75	22
	Капуста тушеная	150	4,36	12,31	13,71	173,19	39
	Кисель	200	1,36	-	29,02	116,19	24
	Хлеб (пш.рж)	25/37	4,24	1,17	24,37	128,85	
Полдник:	Сырники творожные запеченные	100	15,5	9,2	23,9	244,6	87
	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64	2
Итого за день			56,4	57,92	214,43	1605,13	