

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность	С	№ рец.
			Б	Ж	У			
день 3	МЕНЮ на 02.04.2025г							
завтрак:								
	макаронные изделия отварные с сыром	130	4,66	5,109	29,66	183,3	3,55	195
	какао с молоком	200	2,51	3,59	18,33	106,5	1,17	248
	батон пшеничный	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0	
	всего завтрак	360	9,42	9,569	63,41	368,4	4,72	
2 завтрак	соки овощные, фруктовые	150	0,5	0,1	9,8	46	0,65	293
	всего 2 завтрак	150	0,5	0,1	9,8	46	0,65	
обед								
	салат из зеленого горошка и лука	60	1,72	2	4,21	42,5	20	4
	суп волна	200	2,42	1,62	13,2	92,08	7,07	39
	капуста, тушеная с отварной курицей	120/60	14,3	13,2	4,33	221,8	91	221
	компот из сухофруктов + витамин С	200	0,78	0	20,15	80,5	2	639
	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0	
	хлеб ржаной (ржано - пшеничный)	38	1,8	0,3	11,9	59	0	
	всего обед	708	23,39	17,42	68,28	566,38	120	903
полдник								
	сырники из творога запеченные / повидло	100/10	14,53	16,1	18,1	174,6	0,01	155
	чай с сахаром	200	0,07	0,01	10,31	41,07	0	263
		200	0,07	0,01	10,31	41,07	0	263
	всего полдник	340	14,67	16,12	38,72	256,74	0,01	
	Итого за весь день		47,98	43,21	180,2	1237,52	125	

Заведующий

