

Прием пищи		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность	С	№ рец.
			Б	Ж	У			
день 1	МЕНЮ на 28.04.2025г							
завтрак:								
	омлет на натуральном молоке	155	9,42	10,87	3,85	149,6	0,34	110
	кофейный напиток с молоком	200	2,11	4,36	19,98	137,18	1,5	692
	батон пшеничный	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0	
	всего завтрак	385	13,78	16,1	39,25	365,38	1,84	
2 завтрак	сок	150	4,5	9	6,15	127,5	0,3	698
обед			4,5	9	6,15	127,5	0,3	
	салат из кукурузы консервированной	40	1,15	2,4	3,21	39,7	3,72	12
	суп-рыбный уха	200	9,22	3,92	11,34	134,1	35	182
	голубцы ленивые с томатно-сметанным соусом	210	10,88	10,46	8,25	172,16	105,3	14
	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	668	26,2	17,38	69,34	555,96	146	
полдник								
	плюшка с сахаром	70	4,75	7,72	32,2	231	1,5	769
	молоко кипяченое	200	5,59	6,38	9,38	108	2,73	255
	всего полдник	270	10,34	14,1	41,58	339	4,23	
	Итого за весь день		54,82	56,58	156,3	1387,84	152,4	

Заведующий

Неминуца И.Г.

