Меню на 27.12.2024 г.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход (г)** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетичес**  **кая ценность (ккал)** | **Вита**  **мин С** | **№**  **рецептуры** |
| **Белки (г)** | **Жиры (г)** | **Углеводы (г)** |
| **Завтрак** | **Творожный пудинг с кисельной подливой** | **130/15** | **21,96** | **5,38** | **28,83** | **251,68** | **3,5** | **7.6** |
| **Кофейный напиток с молоком** | **200** | **4,384** | **4,94** | **16,12** | **145,33** | **1,502** | **10.22** |
| **Хлеб пшеничный со сливочным маслом** | **35/7** | **3,318** | **3,58** | **6,84** | **114,42** |  | **12.4** |
| **Второй завтрак** | **Сок яблочный** | **120** | **1** | **-** | **19,8** | **86,0** | **4** | **10.2** |
| **Итого за завтрак** | | | **30,662** | **13,9** | **71,59** | **597,43** | **9,002** |  |
| **Обед** | **Суп гороховый на курином бульоне** | **200** | **11,99** | **3,82** | **38,35** | **211,58** | **12,6** | **2.5** |
| **Биточки из мяса кур** | **70** | **17,69** | **7,05** | **37,7** | **299,69** | **1** | **3.25** |
| **Макароны отварные с маслом сливочным** | **120** | **4,676** | **1,78** | **34,29** | **208,96** | **6,4** | **6.10** |
| **Компот из сухофруктов** | **200** | **0,57** |  | **17,63** | **95,48** | **0,03** | **10.13** |
| **Хлеб ржаной** | **54** | **1,88** | **0,28** | **19,92** | **85,6** |  | **12.1** |
| **Итого за обед** | | | **36,806** | **12,93** | **147,89** | **901,31** | **20,03** |  |
| **Полдник** | **Чай с сахаром** | **200** | **0,045** |  | **9** | **56,1** |  | **10.4** |
| **Печенье Золушка** | **90** | **5,6** | **6,4** | **8,1** | **118** |  | **12.3** |
| **Итого за полдник** | | | **5,645** | **6,4** | **17,1** | **174,10** |  |  |
| **Итого за день** | | | **73,113** | **33,23** | **236,58** | **1672,84** | **29,032** |  |