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** |  |