



Меню на __22.05__ 2025 г.

Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
завтрак	Каша молочная Геркулесовая с маслом	180	4,82	5,08	16,84	132,4	0,92	69
	Чай с молоком	180	4,35	3,75	6,3	76		263
	Печенье	40						
	Батон пшеничный	25	3,6	0,8	21,8	110	1,2	
	масло сливочное	5	0,032	2,9	0,052	26,4		5
итого за завтрак		400	10,642	11,42	46,612	331,6	0,92	
2 завтрак	Сок	100	0,75	-	13,13	48	2,65	268
	Суп картофельный с домашней лапшой	180	2,42 12,95	3,92 3,93	11,28 60,97	82,8 331,1	6,6 -	61/73
	Котлета Здоровье	80	10,77	5,32	12,10	139	-	184
	Рагу из овощей	130	2,69	8,12	11,84	128,6	87	233
	Компот из сухофруктов	180	0,444	0,022	27,77	144		253
	Батон пшеничный	25	3,6	0,8	21,8	110	1,2	
итого за обед		595	38,6	26,57	108,87	617,37	18,1	
	Яблоки запеченные	70	4,95	2,81	35,5	187	3,15	258
	Молоко кипяченое	150	4,35	4,75	8,3	102		269
итого за полдник		220	6,55	10,85	26,05	344	6,81	
Итого за день:		1395	63,69	58,84	195,582	1353,97	49,03	
Сумма:	1025,34 / 170,89							