МЕНЮ 17 ИЮНЯ 2022

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Пищевые вещества | | | | | № рецептуры |
| Вес блюда ( г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы  (г) | Энерг. Ценность (ккал) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Завтрак | Каша «солнышко» молочная  Кофейный напиток  Хлеб пшеничный с маслом | 180  190  25/5 | 4,7  1,3  2,52 | 6,04  1,3  4,41 | 27,41  14  14,47 | 142,8  92  94,5 | 175  253  1 |
|  | За завтрак | 405 | 8,52 | 12,11 | 55,88 | 330,3 |  |
| 2 завтрак | сок | 100 | 1,2 | 0,2 | 2,3 | 10,6 | 418 |
| Обед | Икра свекольная  Суп с лапша и курицей  Картофельное пюре  Рыба тушенная с овощами  Компот из сухофруктов  Хлеб ржано-пшеничный | 60  180  130  75  180  55 | 1,05  4,1  4,05  7,66  0,51  2,9 | 4,84  7,16  6,24  4,97  0  0,6 | 6,05  20,93  18,06  36,65  24,23  26,9 | 73,33  145  142  95,3  90  126 | 75  88  206  144  241  8 |
|  | За обед | 680 | 19,27 | 22,81 | 132,86 | 671,63 |  |
| Ус. полдник | Рожки с сыром  Чай с лимоном  Хлеб | 120/20  180  20 | 9,55  0,09  2,07 | 9,99  0  0,22 | 30,12  7,75  12,0 | 247,4  28,28  56,75 | 204  263  8 |
|  | За полдник | 345 | 11,71 | 8,91 | 49,87 | 332,43 |  |
|  | Всего за день |  | 42,71 | 44,03 | 240,93 | 1444,96 |  |