

МЕНЮ

12.09.2024 четверг



Диета	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		476	16,84	18,78	77,11	0,08	610
	Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
	Суп молочный с макаронными изделиями	169	8,40	9,48	29,64		300
	Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
	Хлеб пшеничный	179	7,99	1,41	33,67		100
Второй завтрак		235	6,73	8,24	33,35	0,15	230
	Какао с молоком сгущенным	139	3,49	3,46	23,47	0,15	200
	Вафли	96	3,24	4,78	9,88		30
Обед		1 121	42,04	30,23	169,10	10,60	1 083
	Хлеб ржаной	289	11,55	2,10	56,10		150
	Каша рассыпчатая рисовая с маслом	326	4,80	12,00	47,60		200
	Соль						8
	Птица отварная	146	19,10	7,40	0,50		100
	компот из смеси сухофруктов	126	1,20		31,60		200
	Свекла тушенная	91	1,81	4,50	10,77	5,20	100/25
	Суп картофельный с крупой (с пшеном)	143	3,58	4,23	22,53	5,40	300
Полдник		94	0,80		22,60	4,00	200
	Сок яблочный	94	0,80		22,60	4,00	200
Ужин		670	35,08	20,90	84,61	0,08	810
	Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
	Пюре картофельное	265	6,24	10,20	37,14		300
	Рыба, тушонная в томате с овощами.	98	20,40	1,40			200
	Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
	Хлеб пшеничный	179	7,99	1,41	33,67		100
Итого за день:		2 596	101,49	78,15	386,77	14,91	

Составитель

мед.сестра

(должность)

Сиволобова Н. А.

(подпись)

(ФИО)