

МЕНЮ

24.09.2024 вторник



Рябова Г.Г.

Диета	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		554	17,27	19,19	77,37		560
	Суп молочный с крупой (с гречневой крупой)	200	7,40	8,30	23,80		250
	Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
	Хлеб пшеничный	198	8,50	1,60	37,00		100
	Чай с молоком	85	1,30	1,49	16,47		150/50/15
Второй завтрак		277	9,58	12,35	31,94	0,02	320
	Запеканка пшеничная со сметаной	178	4,54	6,59	25,10	0,02	125/15
	Ряженка	99	5,04	5,76	6,84		180
Обед		1 119	52,29	28,32	164,71	16,19	980
	Суп картофельный с макаронными изделиями	121	2,40	5,30	15,70		250
	Птица отварная	146	19,10	7,40	0,50		100
	компот из смеси сухофруктов	126	1,20		31,60		200
	Салат из квашеной капусты	66	1,28	4,00	6,14	16,19	80
	Пюре из гороха с маслом	371	16,76	9,52	54,67		200
	Хлеб ржаной	289	11,55	2,10	56,10		150
Полдник		94	0,80		22,60	4,00	200
	Сок яблочный	94	0,80		22,60	4,00	200
Ужин		681	34,71	22,10	84,51	4,20	935
	Пюре картофельное	177	4,16	6,80	24,76		300
	Рыба, тушеная в томате с овощами.	98	20,40	1,40			200
	Свекла ОТВАРНАЯ	81	1,49	4,50	8,70	4,20	100/25
	Хлеб пшеничный	198	8,50	1,60	37,00		100
	Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
	Чай с сахаром	56	0,09		13,95		200/15
Итого за день:		2 725	114,65	81,96	381,13	24,41	

Составитель

мед.сестра

(должность)

Летнева Н. М.

(подпись)

(ФИО)