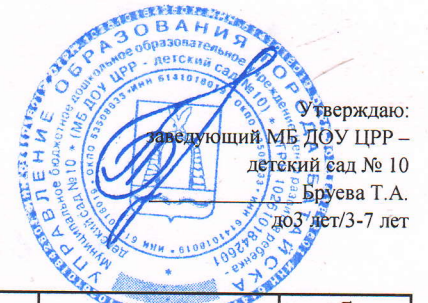


Меню на 08.08.2023г



Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда	Б		Ж		У		Энергетическая ценность	Рецептура	
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	150/200	3,7	4,94	4,5	6,06	13,9	18,62	111,4	148,54	№ 29
	Чай с сахаром	180/200	0	0	0	0	7	10	28	40	№ 392 (1)
	Батон с маслом	15/15/5	1,6	1,6	4,1	4,1	6,5	6,5	69	69	№ 1(2)
Итого:		365/435	5,3	6,54	8,6	10,16	27,4	35,12	208,4	257,54	
10.00	Яблоко свежее	50/100	0,2	0,4	0,2	0,4	4,9	9,8	23,5	47	№ 1к
Обед	Борщ из свежей капусты с картофелем	150/200	5,6	7,4	4,4	5,8	7,1	9,4	93,6	124,8	№ 17 (1)
	Рагу из овощей с кабачками	170/200	4	4,84	9,41	11,35	24,5	29,59	198,68	239,59	№ 55 (1)
	Компот из сухофруктов	180/200	0,5	0,56	0	0	12,1	15,1	49	61	№ 168 (1)
	Хлеб пшеничный	30/40	3	4	0,9	1,2	12,9	17,2	71,7	95,6	№ 1 б
	Хлеб бородинский	20/40	1,4	2,7	0,3	0,5	8,1	16,3	40,3	80,7	№ 1 а
Итого:		550/680	14,7	19,9	15,21	19,25	69,6	97,39	476,78	648,69	
Полдник	Чай с сахаром	180/200	0	0	0	0	7	10	28	40	№ 392 (1)
	Печенье "Овсяное"	35/35	2,27	2,27	5,07	5,07	25,2	25,2	152,9	152,9	№ 1е
Итого:		230/250	2,27	2,27	5,07	5,07	32,2	35,2	180,9	192,9	
Ужин	Макароны с маслом	120/140	4,41	5,15	4,23	4,94	28,36	32,97	168,87	197,02	№ 134
	Икра кабачковая	30/40	0,57	0,76	2,64	3,52	2,28	3,04	35,7	47,6	№ 1р
	Кофейный напиток с молоком	180/200	2,2	2,9	2,5	3,3	14,5	21	89	125,2	№ 176 (1)
	Хлеб ржаной	10/15	0,7	1	0,15	0,2	4,1	6,1	20,2	30,3	№ 1а
	Хлеб пшеничный	15/15	1,5	1,5	0,5	0,5	6,5	6,5	35,9	35,9	№ 1б
Итого :		355/440	9,38	11,31	10,02	12,46	55,74	69,61	349,67	436,02	
Итого за день:		1520/1845	31,65	40,02	38,9	46,94	184,94	237,32	1215,75	1535,15	