

1-Этажа

2 день

19.05.2016г.



| Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность ккал | Витамин С | |
|--|-------------|------------------|--------------|---------------|------------------------|---------------|-----|
| | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Каша рисовая мол вязкая со слив маслом | 130,0 | 3,8 | 5,0 | 39,1 | 215,8 | 0 | 168 |
| Бутерброд с маслом сл. | 40,0/6,0 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136,0 | 0 | 1 |
| Чай с сахаром | 180 6,0 | 0,05 | 0,02 | 7,8 | 32,0 | 0,024 | 392 |
| Итого | | 6,3 | 12,57 | 61,52 | 383,8 | 0,024 | |
| 2 завтрак | | | | | | | |
| Сок натуральный | 150,0 | 0,75 | 0 | 15,15 | 64,0 | 3,0 | 399 |
| Итого | | 0,75 | 0 | 15,15 | 64,0 | 3,0 | |
| Обед | | | | | | | |
| Салат из сезонных овощей | 60,0 | 0,5 | 3,6 | 1,4 | 40,38 | 5,7 | 13 |
| Суп картофельный с горохом лущеным | 180,0 | 5,49 | 5,27 | 16,32 | 134,75 | 5,8 | 81 |
| Макароны отварные с мясом кур | 150,0 | 20,6 | 4,0 | 42,90 | 153,6 | 1,8 | 140 |
| Хлеб пшеничный | 40,0 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94,0 | 0 | |
| Хлеб ржаной | 20,0 | 0,76 | 0,13 | 8,9 | 42,7 | 0 | |
| Компот из смеси сухофруктов | 180,0 | 0,4 | 0 | 24,99 | 101,7 | 0,36 | 376 |
| Итого | | 30,79 | 13,32 | 114,09 | 567,13 | 13,66 | |
| Полдник/ужин | | | | | | | |
| Яйцо куриное вареное | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 6,3 | 0 | 213 |
| Икра кабачковая | 30,0 | 0,27 | 1,41 | 1,77 | 20,88 | 1,68 | 53 |
| Хлеб пшеничный | 40,0 | 2,22 | 0,87 | 15,42 | 78,39 | 0 | 401 |
| Чай с сахаром | 180/6 | 0,05 | 0,02 | 7,8 | 32,0 | 0,024 | 392 |
| Итого | | 7,64 | 6,9 | 25,29 | 137,57 | 1,704 | |
| Итого за второй день | | 45,48 | 32,69 | 895,46 | 1152,5 | 18,388 | |

