

МЕНЮ

На 16 апреля 2021 год



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества			№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод Ё, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг			
Завтрак																
ВЕТЧИНА	25	4,30	8,50	0,10	75,00	0	0	0	0	0	0	0	0			
КАША КРУПЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	250	9,6	12,1	37,3	298,2	0,3	2,1	0,1	0,1	227,7	61,2	254,6	1,7	112		2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	6,4	6,2	32,7	213,7	0,1	1	0,1	0	218,0	34,7	169,4	0,7	432		2008
БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8	0	0	0	0	7,6	5,2	26	0,4			2008
Итого за прием пищи:	515	23,30	28,00	90,70	691,70	0,4	3,1	0,2	0,1	453,3	101,1	450,0	2,8			
Обед																
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	6,2	8,6	15,2	162,8	0	0,8	0,2	2,3	26,5	14,1	61,7	1,1	105		2008
ПЛОВ	180	20,6	20,9	32,2	399,8	0,1	2,1	0,2	3,4	24,7	43,7	213,1	3,0	265		2011
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	4	8	1	430		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112,2	0,1	0	0	1,2	9,9	10,5	47,9	2,2			2008
Итого за прием пищи:	685	30,6	30,1	85,7	734,8	0,2	2,9	0,4	6,9	66,1	72,3	330,7	7,3			
Всего за день:		53,90	58,10	176,40	1426,50	0,6	6,0	0,6	7,0	519,4	173,4	780,7	10,1			

Составила заведующая хозяйством

Повар

Колосова А.Г.
Лапирина Е.В.