

1. Четверг « 04 » августа 2022г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
92	Каша рисовая молочная	200	4,86	8,48	22,23	183,86
2	Бутерброд с маслом (новое)	30/5	2,882	5,617	14,123	124,315
152	Чай с сахаром (новое)	180	0,36	0,009	0,07	2,5
	Всего за Завтрак		8,102	14,106	36,423	310,675
	Обед					
70	Помидоры порционно	60	0,48	0,06	1,5	8,4
44	Суп гороховый с гречками м/б (новое)	200	7,13	6,22	17,41	152,41
78	Овощное рагу с курицей (новое)	180	15,83	17,93	14,85	190,13
250	Компот из сухих фруктов (новое)	180	0,32	0,066	17,8	68,44
148	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,4	0,7	20,1	95
	Всего за Обед	1	27,16	24,976	71,66	514,38
	Полдник					
39	Печенье	20	1,8	2,9	18,7	104,2
151	Кофейный напиток на молоке (новое)	180	5,71	6,4	22,88	169,16
	Всего за Полдник		7,51	9,3	41,58	273,36
	Ужин					
66	Блины с повидлом	100/20	6,24	8,1	34,31	234
158	Напиток из шиповника (новое)	180	0,41	0,04	15,58	61,82
	Всего за Ужин		6,65	8,14	49,89	295,82
	Всего за день	2	49,422	56,522	199,553	1 394,235