Ежедневное меню на 05.03.26г.

Рацион: Чайковский1-3(В-Л) **Неделя:** 2 **День:** четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1-3						
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,32	8,86	14,78	120,15
	Какао с молоком	160	2,48	2,18	10,35	78
	Хлеб пшеничный	30	4,09	1,2	25,6	95,43
	Сыр порционно	10	2,6	2,68		35
Итого за Завтрак 1-3		350	13,49	14,92	50,73	328,58
2 Завтрак 1-3						
	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	43
Итого за 2 Завтрак 1-3		100	0,5	0,1	10,1	43
Обед 1-3						
	Суп картофельный с крупой	150	1,81	3,02	5,88	58,65
	Капуста тушенная	180	3,41	4,85	9,36	94,56
	Биточки из птицы припущенные	50	10	9	5,36	142,14
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,45	0,08	15,08	63
	Хлеб ржаной	30	2	0,22	12	30,78
Итого за Обед 1-3		560	16,53	16,25	54,66	404,46
Полдник 1-3						
	Чай с молоком	150	1,2	0,98	8,63	48
	Печенье	50	3,75	4,9	31,2	207,5
Итого за Полдник 1-3		200	4,95	5,88	39,83	255,5
Ужин 1-3						
	Каша ячневая	180				
	Чай с сахаром	180	0,18	0,09	8,37	34,2
	Джем/варенье	20				
	Хлеб пшеничный	20	4,09	1,2	25,6	95,43
Итого за Ужин 1-3		400	7,68	6,14	43,33	224,19
Итого за день		1 610	43,15	43,29	198,65	1 255,73

Директор Х.С.Муниров Технолог А.Я.Мансурова