

Ежедневное меню на 26.03.26г.

Рацион: Чайковский3-7(В-Лн)

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 3-7	Суп молочный с макаронными	180	5,18	10,63	17,73	144,18
	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	93,6
	Хлеб пшеничный	30	4,09	1,2	25,6	95,43
	Сыр порционно	10	2,6	2,68		35
	Итого за Завтрак 3-7	400	14,84	17,12	55,75	368,21
2 Завтрак 3-7	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44
	Итого за 2 Завтрак 3-7	100	0,4	0,4	9,8	44
Обед 3-7	Борщ из свежей капусты с картофелем	180	1,11	4,23	4,55	96,66
	Капуста тушеная(д/с)	140	5,25	8,26	18,61	96,6
	Биточки из птицы припущенные	70	14	12,6	7,5	199
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	75,6
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	16,7	51,3
	Итого за Обед 3-7	600	25,29	19,6	55,49	508,56
Полдник 3-7	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64
	Батон	50	3,75	1,45	25,7	143
	Итого за Полдник 3-7	250	5,35	2,75	37,2	207
Ужин 3-7	Суп из овощей	200	5,68	7,7	5,39	113,56
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38
	Сухарики/гренки	20				
	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	141
	Итого за Ужин 3-7	450	9,68	8,2	39,29	292,56
Итого за день	1 800	55,56	48,07	197,53	1420,33	

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова