

03.02.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Гречка с сахаром	190/190	21,24	14,58	17,715	290,265	0,84
	Кофейный напиток	200/180	4,58	5,04	21,2	152,00	7,36
	Хлеб пшеничный с маслом	30/5 25/3	2,81	3,97	16,96	114,66	0,00
Обед	Куриный бульон с гренками	250/230	1,67	1,41	10,49	67,35	0,03
	Макароны, гуляш с мясом кур	230/210	29,1	22,8	74,6	314,6	0,99
	Салат из капусты	60/40					
	Компот из сухофруктов	200/180	0,44	0,02	27,76	113,00	0,4
	Хлеб ржаной	40/30	2,64	0,48	13,6	72,40	0,05
Полдник	Гренка с сыром	38/30	3,3	1,3	14,9	184,00	0,05
	Чай	200/180	0,22	4,06	13,3	52,58	4,06