

18.04.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Омлет с морковью	190/190	21,24	14,58	17,715	290,265	0,84
	Какао с молоком	180/200	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	Суп гороховый на курином бульоне	230/250	1,67	1,41	10,49	67,35	0,03
	Гречка, бефстроганов из мяса кур	210/230	29,1	22,8	74,6	314,6	0,99
	Салат из зеленого горошка	60/60	1,19	5,08	2,27	46	2,4
	Компот из кураги	180/200	0,44	0,02	27,76	113,00	0,4
	Хлеб ржаной	30/40	2,64	0,48	13,6	72,40	0,05
Полдник	Сухарь домашний	42/42	3,3	1,3	14,9	184,00	0,05
	Чай	180/200	0,22	4,06	13,3	52,58	4,06