

20.12.2024

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества(г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С |
|------------------|--|----------------------|---------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Завтрак | Вермишель молочная | 190/190 | 21,24 | 14,58 | 17,715 | 290,265 | 0,84 |
| | Чай с лимоном | 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 |
| 2 Завтрак | Мандарин | 100/70 | 0,44 | 0,02 | 27,76 | 113,00 | 0,4 |
| Обед | Суп фасолевый на курином бульоне | 250/230 | 1,67 | 1,41 | 10,49 | 67,35 | 0,03 |
| | Каша гречневая , бефстроганов из печени | 230/210 | 29,1 | 22,8 | 74,6 | 314,6 | 0,99 |
| | Салат из кукурузы | 60/40 | | | | | |
| | Компот из кураги | 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 | 33/28 | 3,3 | 1,3 | 14,9 | 184,00 | 0,05 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200/180 | 0,22 | 4,06 | 13,3 | 52,58 | 4,06 |