

Меню 5.02.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецепта
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Манно – творожная запеканка со сладкой подливой.	100	13.66	9.04	10.92	186.33	0.27	9
		30	0.04	-	11.13	44.7	15	115
	Какао с молоком	200	2.1	1.81	8.64	59.33	0.8	397
	Булка с маслом	30/7	6.12	2.97	54.1	340	-	1
Второй завтрак	Яблоко	120	0.4	0.4	9.8	44	10	368
Обед:	Суп гороховый с курами	200	2.08	0.92	5.2	50.39	9.38	37
	Хлеб	40	3	0,5	22,16	94,5	-	2
	Шницель куриный	60	15.52	11.78	18.07	231.67	0.15	282
	с макаронами,	120	3.66	2.81	17.58	110.32	-	317
	томатной подливой	30	1.16	4.2	8.02	74.5	2.38	348
	Компот «Ассорти»	200	3.88	3.88	9.93	34.69	1.6	128
Полдник	Ватрушка с творогом	70	8.38	2.31	26.39	159.73	0.07	555
	Чай с молоком	200	1.56	1.62	8.85	54.64	0.33	138
Итого за день:		1407	61.56	42.24	210.79	1484.8	39.98	