

Меню 8.02.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецепта
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Колбаса отварная	70	17.2	15.6	4.2	209	29	99
	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
	Кофейный напиток с молоком	200	1.56	1.33	7.09	46.67	0.65	395
	Булка с маслом	30/7	6.12	2.97	54.1	340	-	1
Второй завтрак	Напиток из изюма	100	0.23	-	24.6	100.5	0.2	432
Обед:	Салат из сельди с луком	45	10	8.4	4.0	132	1.6	32
	Суп крестьянский с курами	200	18.95	12.15	29.04	431.3	3.54	39
	Хлеб	40	3	0,5	22,16	94,5	-	2
	Биточки куриные с	60	14.82	15.43	19.92	238.33	0.5	504
	картофельным пюре	140	2.17	3.12	5.36	82.6	2.09	58
	Компот из сухофруктов	200	0.13	0.08	14.1	1.6	0.6	376
Полдник	Кефир	200	2.9	2.5	4	50	0.7	431
	булка	30	2.3	1.2	27.2	104.8	-	147
Итого за день:		1472	84.2	70.29	241.37	2016.12	41.26	