

Меню 15.02.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (ккал)	Витамин С	N рецепта
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Макароны с маслом, сахаром	130	3.74	4.25	39.99	269.5	-	68
	Чай	200	0.11	2.03	6.65	26.29	2.03	138
	Булка с маслом	30/7	6.12	2.97	54.1	340	-	1
Второй завтрак	Сок мультифруктовый	100	3.33	-	11.23	45.33	5.6	134
Обед:	Щи из морской капусты с курами, яйцом	200	2.8	2.54	37.25	88.9	6.82	4/2
	Хлеб	40	3	0,5	22,16	94,5	-	2
	Биточки куриные с тушеной свеклой	60	14.82	15.43	19.92	238.33	0.5	306
		140	1.63	3	8.17	68.54	1.27	339
	Компот «Ассорти»	200	3.88	3.88	9.93	34.69	1.6	128
Полдник	Булка	30	2.3	1.2	27.2	104.8	-	147
	Молоко	200	6.10	5.44	10.10	113.34	2.74	400
Итого за день:		1337	47.83	41.24	246.7	1424.22	20.56	