

Меню 04.03.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецепта
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Каша пшенная молочная	200	3.38	5.21	12.03	112.47	0.45	70
	Чай с лимоном	200	0.11	2.03	6.65	26.29	2.03	137
	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:	Салат из зеленого горошка с луком	50	1.57	5.08	3.9	67.0	3.2	10
	Борщ с курами, сметаной	200	1.54	3.87	12.71	92.49	4.99	30
	Хлеб	40	3	0,5	22,16	94,5	-	2
	Азу куриное	70	5.15	5.33	8.67	106.15	10.40	63
	с картофельным пюре	140	2.17	3.12	5.36	82.6	2.09	58
	Компот «Ассорти»	200	3.38	3.38	9.93	34.69	1.6	128
Полдник	Кофейный напиток с молоком	200	1.56	1.33	7.09	46.67	0.65	395
	Печенье «Курабье»	50	20.5	11.5	66	470	-	151
Итого за день:		1657	50.51	55.88	237.03	1683.17	32.77	