

Меню 2.04.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецепта
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Макароны с маслом, сахаром	120	3.74	4.25	39.99	269.5	-	597
	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	Сок мультифруктовый	100	3.33	-	11.23	45.33	5.6	134
Обед:	Салат из свеклы с луком	50	1.42	6.09	8.36	93.9	9.5	20
	Суп картофельный с клецками, курами	200	0.82	1.24	12.03	94.6	2.3	85
	Хлеб	40	3	0.5	22.16	94.5	-	2
	Рулет куриный с овощами,	70	7.1	7.22	9.46	158.43	11.49	76
	картофельным пюре	140	5.7	4.82	27.45	180.34	-	67
	Компот из сухофруктов	200	3.88	3.88	8.93	34.96	1.6	12
Полдник	Ленивые вареники с маслом, сахаром	155	13.71	8.22	19.37	221.54	0.41	5
	Кофейный напиток с молоком	200	1.56	1.33	7.09	46.67	0.67	395
	булка	30	2.3	1.2	27.2	104.8	-	147
Итого за день:		1542	54.78	43.53	256.01	1743.9	32.37	