

Меню 27.04.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецепта
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Сырники с	120	18.69	12.67	11.4	234	0.25	6
	фруктовой подливой	30	0.04	-	11.13	44.7	15	115
	Чай с лимоном	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
	сыром	10	2.32	2.95	1.1	36.0	0.7	5
Второй завтрак	Сок персиковый	100	0.3	-	16.5	68	6.0	433
Обед:	Салат «Витаминный»	50	1.54	4.5	10.83	88.33	6.3	7
	Суп рыбный с консервами «Сайра»	200	3.74	3.36	6.73	66.9	3.64	87
	Хлеб	40	3	0.5	22.16	94.5	-	2
	Жаркое по-домашнему с куриным мясом	170	5.31	5.43	12.7	121.87	2.05	96
	Компот из апельсинов	200	0.2	0.05	8.65	35	6	592
Полдник	Каша манная молочная	200	6.3	9.98	24.69	212.44	1.54	132
	Кофейный напиток с молоком	200	1.56	1.33	7.09	46.67	0.65	395
	булка	30	2.3	1.2	27.2	104.8	-	147
Итого за день:		1567	51.53	46.97	220.93	1519.5	37.86	

