Меню 30.04.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецепта
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Манно – творожная запеканка со сладкой подливой.	120	13.66	9.04	10.92	186.33	0.27	9
		30	0.04	-	11.13	44.7	15	115
	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	Апельсины	160	0.2	0.9	8.1	43	60	145
Обед:	Салат из свеклы с луком	50	1.42	6.09	8.36	93.9	9.5	20
	Суп гороховый с курами	200	2.08	0.92	5.2	50.39	9.38	37
	Хлеб	40	3	0.5	22.16	94.5	-	2
	Биточки куриные с гречкой	60	14.82	15.43	9.92	238.33	0.5	306
	с томатной подливой	120	5.7	4.82	27.45	180.34	-	67
	Компот из свежих яблок	30	1.16	4.2	8.02	74.5	2.38	348
		200	3.88	3.88	8.93	34.96	1.6	12
Полдник	Чай с лимоном,	200	0.11	2.03	6.65	26.29	2.03	137
	Булка с сыром	30/10	4.62	2.95	28.3	140.8	0.7	147
Итого за день:		1487	58.71	55.54	217.88	1607.37	102.16	