

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
31.03.2025								
Завтрак:	Макаронные изделия отварные	200	7,36	7,06	244,74	281,46		194
	Чай с сахаром	200	0,12		12,04	48,64	0,35	263
	Хлеб пшеничный	50	3,85	1,5	24,9	131		
	Масло сливочное	5	0,04	4,68	0,06	42,54		
Второй завтрак:	Сок фруктовый	100	0,6	0,1	9,6	57	9	
Обед:	Огурец свежий	50	0,36	5,04	1,5	51,8		
	Суп картофельный с бобовыми	200	1,87	3,11	10,89	79,03		36
	Жаркое по-домашнему	220	24,76	19,98	28,29	392,02		153
	Хлеб ржано-пшеничный	60	5,3	2,4	27,36	144,8		
	Кисель из плодового или ягодного концентрата	200	1,36		29,02	116,19	13	233
Полдник:	Молоко кипяченое	200	5,59	6,38	9,38	117,31	1,3	255
	Печенье	60	6,08	1,53	40,79	218,79		
Итого за день:			57,29	51,78	438,57	1680,58		