Дата 24.02.2024

Меню интернат

NC-	№		Bec	Пищевые вещества			Энер-кая
$N_{\underline{0}}$	рецепта	Наименование блюда	блюда (г)	Б	Ж	У	ценность
			Завтрак				J.
1	9	Суп молочный с крупой (с крупой пшеном шлифованным)	250	6,08	5,90	21,70	164,20
2	58	Хлеб пшеничный	50	2,34	0,55	31,58	130,00
3	59	Хлеб ржаной	30	1,38	0,36	12,12	52,20
4	54	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
5	44	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
6	57	Плоды или ягоды свежие (груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,00
7							
		Итого за завтрак	650	14,88	13,01	100,46	559,60
			Обед				
1	1	Борщ с капустой и картофелем (с бульоном костным)	250	9,18	7,67	11,97	153,58
2	15	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	164,70
3	64	Шницель из курицы	100	19,20	4,40	13,47	169,47
4	36	Салат из соленых огурцов с луком (с луком репчатым)	100	0,87	5,12	2,62	61,63
5	47	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,08	32,02	132,80
6	58	Хлеб пшеничный	50	2,34	0,55	31,58	130,00
7	59	Хлеб ржаной	30	1,38	0,36	12,12	52,20
		Итого за обед	910	37,30	23,94	128,31	864,38
			Полдник				
1	48	Соки овощные, фруктовые и ягодные (Сок вишневый)	200	1,40	0,00	24,40	106,00
2	66	Творожно-пшенная запеканка	150	10,20	7,00	14,10	159,40
3	58	Хлеб пшеничный	40	1,87	0,44	25,26	104,00
4							
5							
		Итого за полдник	390	13,47	7,44	63,76	369,40
	T		Ужин			ı	
1	11	Каша рассыпчатая (с маслом сливочным, с перловой крупой)	180	8,60	6,09	48,85	243,75
2	20	Котлеты домашние (с маслом)	100	13,06	22,42	10,24	221,36
3	34	Салат из свеклы отварной	100	1,41	6,01	8,26	92,80
4	58	Хлеб пшеничный	60	2,81	0,66	37,89	156,00
5	52	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	200	0,06	0,02	13,96	55,82
6							
		Итого за ужин	640	25,94	35,20	119,20	769,73
			2 ужин				
1	61	Кисель витаминизированный из концентрата промышленного производства	200	0,00	0,00	14,40	82,00
2	73	Салат из моркови с яблоками	100	1,08	0,18	8,62	40,40
3	58	Хлеб пшеничный	40	1,87	0,44	25,26	104,00
4							
5							
		Итого за 2 ужин	340	2,95	0,62	48,28	226,40
		Итого за день	480	5,90	1,24	82,16	370,80