

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Икра кабачковая	100	8,33	133
Курица тушенная в соусе	100	2,90	162
Каша гречневая рассыпчатая	180	47,83	337
Напиток из смеси сухофруктов	200	16,01	66
Хлеб пшеничный	30	15,00	75
Итого:		90,07	773
Обед			
Суп картофельный с клецками на курином бульоне (с/н)	250	18,79	133
Оладьи из печени(г) с соусом сметанным	100	8,50	190
Пюре картофельное	180	24,48	164
Напиток из плодов шиповника	200	27,52	112
Хлеб пшеничный	50	25,00	125
Хлеб ржаной	35	16,45	80
Итого:		120,74	804
Полдник			
Булочка дорожная (ш)	150	63,21	482
Чай с сахаром	200/10	13,60	40
Итого:		76,81	522
Весь рацион питания:		287,63	2099

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
145,78	78,20	287,63

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca	P	Mg	Fe
292,72	808,98	349,50	21,95

Витамины в миллиграммах

B1	B2	C	A	E
1,03	1,56	86,47	167,75	1,31

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алфорова А.

