Меню на 22.04.2022

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая		N_{0}
				Белки		Жиры		Углеводы		ценность		рецептуры
Неделя 1 День 5		7-11	12 и старше	7-11	12 и старше	7-11	12 и старше	7-11	12 и старше	7-11	12 и старше	
Завтрак	Капуста тушенная	200	230	3,867	4,44667	35,2	40,48	12,27	14,107	381,2	438,38	54-8r- 2020
	Компот из кураги	200	200	0,57	0,57	0	0	26,57	26,57	109	109	303/156
	Птица отварная с соусом	100	100	33,0	33,0	26,0	26,0	2,2	2,2	150,7	150,7	14/288
	Хлеб пшеничный	50	50	5,335	10,67	2,265	4,53	21,77	43,54	138	261,7	Пром.
Итого за завтрак		550	580	42,76	48,7	63,5	71,0	62,8	86,4	778,9	959,8	
Обед	Каша гречневая рассыпчатая	160	180	4,8	5,4	5,4	6,1	23,3	26,19	179,5	201,96	24/303
	Котлеты мясные	100	100	18,8	18,8	15,8	15,8	8,4	8,4	250,6	250,6	302
	Хлеб пшеничный	50	50	5,3	10,7	2,3	4,5	21,8	43,5	138	261,7	Пром.
	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0	0	13,6	13,6	56	56	30/377
	Кондитерские изделия пряник	65	75	3,3	5,0	5,3	8,0	37,1	55,695	215	322,5	Пром.
	Фрукт яблоко	150	150	0,6	0,6	0,6	0,6	13,4	13,4	60,6	60,6	Пром.
Итого за обед		725	755	33,1	40,7	29,41	35	117,6	160,83	899,7	1153,36	
Итого за день		1275	1335	75,8	89,4	92,9	106,0	180,4	247,2	1678,6	2113,1	