

МЕНЮ:

«14» мая 2004г.

ЗАВТРАК ОБЗ

№ тех. карты	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества					Энерг. ед. ккал
			бел	жи	ры	угл	ево	
34	Кефирная каша (бифидум)	40	10,99	9,11	11,02	142,2		
202	Макаронные изг. отварной	150	5,45	5,78	30,88	195,21		
346	Чай с сахаром	200	0,53	-	9,47	40		
	Сок Любимый	200	-	-	22	90		
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52		
	Фрукт яблоко	120	0,48	0,48	11,46	53,28		
	Итого:		20,61	15,77	109,45	649,41		

ОБЕД

№ тех. карты	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества					Энерг. ед. ккал
			бел	жи	ры	угл	ево	
80	Огурец свежий нарезной	50	0,35	-	0,9	4		
22/1	Борщ с капустой и картоф.	200	1,44	3,94	8,74	83		
229	Рыба тушеная в томате с овощами	120	13,62	3,48	4,56	123,8		
304	Рис отварной	150	4,22	5,72	36,68	210,11		
346	Чай с сахаром	200	0,53	-	9,47	40		
14	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,13	65,72		
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52		
	Итого:		23,42	20,74	79,8	623,15		
	Всего за день:		44,03	36,51	184,25	1267,86		