

Прием пищи. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
		Белки г	Жиры г	Углеводы г	
9 НОЯБРЯ 2022Г ЗАВТРАК					
КАША РИСОВАЯ	200	6,0	5,8	42,4	248,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,1	8,4	7,5	110
		7,3	14,3	64,9	418,0
И ЗАВТРАК					
ЯБЛОКО	100	3,2	2,7	5,8	60,0
		3,2	2,7	5,8	60,0
ОБЕД					
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	3,0	4,2	10,2	91,0
ТЕФТЕЛИ МЯСОРИСОВЫЕ	60/30	9,5	10,4	6,8	159,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,5	4,8	31,3	191,0
СОК	100	0,5	0,1	9,9	43,0
ХЛЕБ	55	3,6	0,5	23,3	112,2
		22,1	20,0	81,5	596,2
ПЮДНИ И ЕС					
МОЛОКО	200	6,1	5,3	10,1	113,0
ПЕЧЕНЬЕ	30	0,8	1,0	23,2	106,2
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0
		7,3	6,7	43,1	266,2
УЖИН					
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ	125	7,1	9,5	37,2	264,0
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	200	0,3		18,4	71,0
		7,4	9,5	55,6	335,0
		49,3	53,2	250,9	1675,4