

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Яйца вареные		40	0,03	63
Каша вязкая молочная из ячневой крупы		250	49,00	358
Бутерброд с маслом сливочным		30/10	14,89	136
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	86,75		81,29	644
Обед				
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	16,54	163
Голубцы с мясом и рисом с соусом (ленивые г)		60/50	14,00	130
Картофель отварной с луком		200	27,79	223
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		50	23,50	115
Итого:	121,46		122,43	815
Полдник				
Пирожок печеный с повидлом		120	66,67	320
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Итого:	54,13		98,68	453
Весь рацион питания:	262,34		302,40	1912

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах					
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	
47,71	49,67	302,40	0,81	1,11	45,04	235,50	0,00	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Са	Р	Мg	Fe					
472,95	848,84	215,25	10,96					

Директор

Зав. производства

Алферова А.

(Михалев А. И.)

