



Индивидуальный предприниматель



Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

15 июля 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
		порций				ценность
			белки	жиры	углево- ды	(ккал)
	Завтрак					
294/331	Котлета рубленая куриная с соусом 80/20	100	12,96	19,36	12,48	276,8
139	Капуста тушеная	150	3	5,4	15,9	124,5
1091	Хлеб пшеничный	30	2,66	1	14	79,8
1091	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1
377	Чай с лимоном 200/15/7	222	0,2	0	16	65
338	Фрукта свежая 1/150	150	0,8	0	25,2	104
	Итого завтрак:	682	21,45	26,12	95,55	709,2
	Обед					
133	Кукуруза консервированная	60	1,32	1,92	5,4	44,04
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,12	2,22	19,38	106
229	Минтай, припущенный с овощами 80/50	130	19,08	14,36	5,12	251,2
310	Картофель отварной со сливочным маслом 150/5	155	3,76	6,1	41,4	235,65
1091	Хлеб пшеничный	30	2,66	1	14	79,8
1091	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1
349	Компот из сухофруктов	200	0,08	0	21,82	87,6
	Итого обед:	805	30,85	25,96	119,09	863,39
	Всего:	1487	52,3	52,08	214,64	1572,59