

## Меню (сад)

<i>Дата: 06.05.2024</i>	Суточн. потребление веществ				Выход готовых блюд
	Б	Ж	У	Энерг ценн.	
<b>Завтрак</b>					
Каша рисовая на молоке	6,58	10,8 5	41,6 9	259, 30	180
Хлеб пшеничн. со сливоч. маслом	3,1 0,05	0,2 6,6	20,1 0,07	94,7 59,8	40\8
Кофейный напиток	0,32	1,6	17,9	42,4	180
ИТОГО:	10,0 5	19,2 5	79,7 8	456, 48	408
<b>2ой завтрак (10-30) - Сок</b>	0.5	0.0	11,7	47	100
<b>Обед</b>					
Салат из зел. горошка	4,82	0,1	7,45	49,71	50
Суп картофельный на к/б	5,79	6,33	19,62	148,1	180
Капуста тушеная с курой	11,6	8,29	10,6	237	200
Компот из кураги	1,04	0,0	26,96	107,44	180
Хлеб ржаной	2,91	0,29	20,75	159,58	50
ИТОГО:	26,16	15,01	85,38	701,8 3	660
<b>Полдник</b>					
 Вафли	2,24	11,5	36,07	197	70
Чай сладкий	0,1	0,0	0,49	2,8	180
ИТОГО:	8,04	17,9	45,47	313	250
<b>Ужин</b>					
Соленый огурец	0,19	0,0	0,49	2,8	50
Картофель отвар.со слив масл.	1,56	3,17	21,1	123,5	140
Чай сладкий	0,1	0,0	13	32,4	200
Хлеб пшеничный	3,1	0,2	20,1	94,7	40
ИТОГО:	4,95	3,37	54,69	253,4	430
<b>Итого за день:</b>	49,7	55,53	277,02	1771,7 1	1848