



Меню на 21.07.2018г

Наименование блюд и продуктов	Пищевая и энергетическая ценность блюда. Химический состав.				
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>					
1. Каша гречневая с маслом сливочным	200/5	8,53	7,87	40,81	258,19
2. Бутерброд с маслом	30/5	2,29	4,51	15,47	108,05
3. Чай с сахаром	200	0,2	-----	15,04	57,19
4. Апельсин	180	1,35		12,6	57,0
<b>ОБЕД</b>					
1. Суп гороховый на мясном бульоне	250/20	12,02	7,9	22,21	202,59
2. Птица отварная	100	17,6	12,3	0,04	183,0
3. Картофель с овощами	200	4,31	10,39	41,05	265,75
4. Салат из свежей помидоры с растительным маслом	100	1,12	9,99	2,16	101,10
5. Чай с сахаром	200	0,2	-----	15,04	57,19
6. Груша	200	0,6		16,05	70,5
7. Хлеб ржаной	60	3,54	0,66	26,7	130,2