

Универсиада
и.о. зав. О. Куштайкина

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<i>21.09.2023 г.</i>							
Завтрак	Суп молочный рисовый	200	5,798	5,478	18,572	146,80	94
	Чай с сахаром	150	0.04	0.01	6.99	28	392
	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	7,06	53	прилож
Итого за завтрак		370	7,158	5,728	32,622	227,8	
2-й завтрак	Сок фруктовый	Уп.200 мл	0.5	-	10.1	42.7	399
Обед	Борщ с картофелем	200	1,6	4,004	11,28	87,8	58
	Пельмени мясные	200	20,9	11,9	36,04	350	439
	Компот из сухофруктов	150	0.05	-	16.36	65	376
	Хлеб пшеничный	30	1.98	0.36	10.59	54	прилож
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.59	54	прилож
Итого за обед		610	26,51	16,624	84,86	610,80	
Полдник	Оладьи запеченные со сгущ.молоком	100	7.05	11.28	38.08	281.54	449
	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	9.99	40	392
Итого за полдник		280	7,11	11,3	48,07	321,54	
Итого за день		1460	41,278	33,652	175,652	1202,84	