



 И.А. Радарова

Меню на 1ый день

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
2	3	4	5	6	7	8
39/М	Салат картофельный с кукурузой и морковью	60	1	4,32	5,88	66,19
82/М	Борщ из капусты с картофелем и сметаной, 200/5	205	1,53	4,9	7,94	82,42
293/М	Куры запеченные с маслом сливочным, 90/5	95	21,6	14,2	0,07	210,04
202/М	Макароны отварные	150	6,6	0,78	42,3	202,8
342/М	Компот из свежих яблок, 200/11	200	0,16	0,16	14,9	62,69
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	15,86	79,2
Итого за Обед		780	35,94	25,17	101,44	773,84