

06.10.23

медицинская диета

День 5

№ п/п	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	гор.блюдо		Суп мясной с макар. укроп.	180	21,10	112,7	4,13	4,7	19,08
	гор.напиток		Чай с сахаром	150	9,05	139,5	3,35	3,3	24,48
	хлеб		Хлеб пшени.	20	1,20	47	1,52	0,16	9,84
обед	фрукты		Яблоко	180	4,65	75	3,9	3,37	5,4
	закуска		Салат овощной	40	10,10	52	0,52	4,32	4,72
ужин	1 блюдо		Суп картофельный с раболом	150	19,50	86,1	5,9	2,9	19,1
	2 блюдо		Пюре картофельное	110	17,90	139,7	9,7	1,2	23,2
	гарнир		Сосиски вареные	50	22,50	115	5,2	8,5	9,5
	сладкое		Чай фруктовый	150	29,55	46	0,5	0,1	11,1
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	40	2,40	52,2	1,98	9,36	10,02

Занекалка у второго 130 14,30 170 9,6 4,1 19,6
 Чай с мяной 150 2,10 457,5 0,07 0 11,4



Степан Николаевич Степанович
 Директор ИИЗХИ ФНИСЭИ Роспотребнадзора