

(7-11 лет) ДЛО «Галактика» при МОУ «Визимьярская СОШ» на 16 июня 2025 г

Завтрак

№№ п/п	Наименование Блюда	Вес порции	ккал	б	ж	у	№ реп
1	Макаронные изделия отварные с сыром	200	280	12,0	10,0	35,3	259
2	Батон нарезной	40	104,4	3,0	1,16	20,56	576
3	Какао с молоком сгущенным	200	122,0	3,2	3,6	19,2	463
4	Яйцо вареное	40	63,0	5,1	4,6	0,3	267
5	Кондитерское изделие	16	84,8	0,8	4,8	9,6	582
	Итого		654,2	24,1	24,16	84,96	

Обед

№№ п/п	Наименование Блюда	Вес порции	ккал	б	ж	у	№ реп.
1	Рассольник ленинградский	250	82,5	2,17	4,57	8,12	100
2	Птица отварная для супа	52	90,48	8,42	6,24	0,16	366
3	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	205	335,8	11,8	8,82	52,28	205
4	Котлета из птицы припущенная	100	284,28	20,0	18,0	10,1	372
5	Хлеб ржаной	40	82,4	3,2	0,6	16,04	574
6	Чай сладкий с лимоном с-вит	200	40,0	0,3	0,1	9,5	459
7	Овощи свежие (огурцы)	60	6,6	0,42	0,06	1,14	148
8	Сок фруктовый	200	86,0	1,0	0,2	20,2	501
	Итого:						

Полдник

[illegible]