



МЕНЮ

(2 неделя, 1 день)

Дата 01.07.2024

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | | Пищевые вещества (г) | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | |
|--------------|--|---------------|---------------|----------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------------------------|---------------|
| | | | | Б | | Ж | | У | | | |
| | | я | с | я | с | я | с | я | с | я | с |
| Завтрак | Каша пшеничная жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным | 150/3 | 200/5 | 5,26 | 7 | 6,06 | 8 | 21,2 | 28,3 | 159,7 | 213 |
| | Чай с сахаром | 160 | 200 | 0,04 | 0,04 | 0,01 | 0,01 | 7,46 | 9,3 | 29,87 | 37,3 |
| | Бутерброд с маслом | 30/3 | 37,5/5 | 2,02 | 2,6 | 3,87 | 3,75 | 12,13 | 16 | 91,33 | 108,3 |
| II Завтрак | Сок | 150 | 180 | 0,75 | 0,9 | 0 | 0 | 15,15 | 18,18 | 64 | 76 |
| Обед | Капуста тушеная | 30 | 50 | 0,59 | 0,99 | 1,11 | 1,86 | 2,85 | 4,75 | 23,7 | 39,5 |
| | Суп картофельный с макаронными изделиями и мясными фрикадельками | 150/15 | 200/25 | 4,53 | 6,1 | 3,15 | 4,03 | 10,32 | 11,2 | 88,41 | 106,22 |
| | Шницель рубленный | 50 | 70 | 7,92 | 10,85 | 5,89 | 8,08 | 8,00 | 10,99 | 116,67 | 160,12 |
| | Каша рисовая рассыпчатая | 110 | 130 | 2,64 | 3,12 | 4,4 | 5,2 | 26,95 | 31,8 | 160,6 | 189,8 |
| | Напиток из шиповника | 150 | 180 | 0,51 | 0,61 | 0,21 | 0,25 | 16,22 | 19,67 | 79 | 95 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 37,5 | 2 | 2,5 | 0,3 | 0,37 | 12,1 | 15,08 | 57,04 | 71,3 |
| Полдник | Булочка дорожная | 60 | 80 | 4,26 | 5,68 | 8,88 | 11,84 | 33,66 | 44,88 | 232,8 | 310,4 |
| | Чай с лимоном | 150 | 180 | 0,07 | 0,08 | 0,01 | 0,01 | 7,1 | 8,52 | 29 | 34,8 |
| ИТОГО | | 1281,5 | 1562,5 | 30,6 | 40,5 | 33,9 | 43,4 | 173,1 | 218,7 | 1132,1 | 1441,7 |