



МЕНЮ

(3 неделя, 5 день)

Дата 12.07.2024

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 молочная кукурузная жидкая	160/3	180/5	4,15	4,67	4,81	5,42	17,82	20,06	128,96	145,1
	Какао с молоком	160	180	3,36	3,78	2,89	3,24	13,82	15,6	94,93	107
	Бутерброд с повидлом	30/8/2,5	37,5/13/3,5	1,48	1,96	2,32	3,09	16,47	21,9	92,75	123,26
II Завтрак	Фрукты свежие (груша)	150	170	0,6	0,68	0,45	0,51	15,45	17,51	70,5	80
Обед	Овощи натуральные (огурцы свежие)	30	60	0,2	0,5	0,1	0,1	1,2	1,5	4,2	8,4
	Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	150/5	200/8	3,24	4,32	3,5	4,67	11,3	15,06	89,7	119,6
	Жаркое домашнему	160	190	19,47	23,14	5,02	5,96	17,41	20,68	192,96	229,11
	Чай с сахаром	160	200	0,04	0,04	0,01	0,01	7,46	9,3	29,87	37,3
	Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	2	2,5	0,3	0,4	12,1	15,1	57,04	71,3
	Хлеб пшеничный	30	30	2,25	2,25	0,15	0,15	15	15	71,1	71,1
Полдник	Пирожок печеный с капустой и яйцом	60	70	4,52	5,25	5,23	7,31	20,78	24,24	159,8	186,37
	Сок в ассортименте	150	180	0,75	0,9	0	0	15,15	18,18	64	76
ИТОГО		1288,5	1554,5	42,1	50,0	24,8	30,8	163,9	194,1	1055,8	1254,5