



МЕНЮ

(2 неделя, 1 день)

Дата 16.12.2024

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 на сгущенном молоке с маслом сливочным	150	200	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	35/5	37,5/5	2,39	2,54	3,31	3,52	12,61	12,61	88	93,5
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	4,06	4,8	8,37	6,4	31,28	23,89	217,2	188,91
	Чай с лимоном	150	180	0,07	0,08	0,01	0,01	7,1	8,52	29	34,8
ИТОГО		1245,0	1530,0	30,8	39,5	32,8	37,7	171,2	194,3	1113,2	1305,5