



МЕНЮ

(2 неделя, 2 день)

Дата 19.08.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетиче- ская ценность (ккал)	
				Б		Ж		У			
		я	с	я	с	я	с	я	с	я	с
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	160	180	4,54	5,11	4,16	4,68	15,04	16,92	116,16	130,68
	Какао с молоком	150	180	2,5	3,67	2	3,19	8,3	15,82	60,8	107
	Бутерброд с сыром	30/10	60	4,2	4,73	6,11	7,1	12,94	15,05	123,5	127,42
II Завтрак	Плоды свежие (банан)	100	120	1,5	1,8	0,5	0,6	21	25,2	95	114
Обед	Огурцы свежие	30	60	0,2	0,5	0,1	0,1	1,2	1,5	4,2	8,4
	Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	150	200/8	6,24	8,32	4,74	6,32	9,68	12,9	108,9	145,2
	Тефтели с сметанно-томатным соусом	60	80	4,43	5,91	4,91	6,55	5,85	7,79	91,34	114,8
	Картофельное пюре	110	130	2,24	2,64	3,84	4,53	13,25	15,66	104,13	123,06
	Компот из свежих яблок	150	200	0,12	0,16	0,12	0,16	17,91	23,8	73,2	97,6
	Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	2	2,5	0,3	0,37	12,1	15,08	57,04	71,3
Полдник	Запеканка из творога	60	100	10,52	17,54	7,23	12,06	10,29	17,15	148,2	247
	Соус фруктовый	15	15	0,14	0,14	0,01	0,01	2,01	2,01	8,65	8,65
	Компот из кураги	150	180	0,75	0,9	0,07	0,09	11,77	14,13	50,17	60,21
ИТОГО		1205	1550,5	39,38	53,92	34,1	45,76	141,34	183,01	1205	1550,5