



МЕНЮ

(3 неделя, 5 день)

Дата 19.04.2024

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	Икра свекольная	30	50	0,7	1,16	1,74	2,9	3,7	6,16	34,08	56,8
	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	42,6	50,7	26,4	33,6	166,4	198,8	1085,7	1302,9