



МЕНЮ

(4 неделя, 4 день)

Дата 25.04.2024

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 жидкая манная	160/5	180/5	6,4	6,4	4,6	4,6	27,2	27,2	167,9	167,9
	Бутерброд с маслом	30/3	37,5/5	2,02	2,6	3,87	3,75	12,13	16	91,33	108,3
	Какао с молоком	160	200	3,36	4,2	2,9	3,6	13,82	17,3	95	118,7
II Завтрак	Йогурт питьевой фруктовый	120	150	3,48	4,35	3,84	4,8	4,8	6,0	68,4	88,5
	Суп картофельный с рыбой	160	180	17,95	20,19	4,98	5,68	12,96	14,58	169,3	190,53
	Рыба отварная	60	80	10,76	14,08	1,46	1,91	0,47	0,62	58,11	76
	Рагу из овощей	120	150	1,92	2,4	9,1	11,33	10,87	13,59	132,8	166
	Огурец соленый	30	50	0,24	0,4	0	0	0,73	1,22	4,2	7,0
	Компот из сушеных фруктов-изюма	160	200	0,35	0,44	0,016	0,02	22,21	27,76	90,4	113
	Хлеб ржано-пшеничный	35	37,5	2,33	2,5	0,35	0,37	14,07	15,08	66,55	71,3
Полдник	Сырники из творога	80	100	14,95	18,68	10,13	12,67	9,12	11,4	187,2	234,0
	Соус молочный сладкий	50	50	0,95	0,95	2,25	2,25	6,5	6,5	50,75	50,75
	Чай с сахаром	150	180	0,04	0,04	0,01	0,01	6,99	8,38	28	33,6
ИТОГО		1323,0	1585,0	64,75	77,23	43,51	50,99	141,87	165,63	1209,94	1425,58