



# МЕНЮ

(4 неделя, 5 день)

Дата 26.04.2024

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	150/3	200/5	3,89	5,19	4,51	6,02	16,17	22,29	120,9	161,2
	Кофейный напиток с молоком	160	190	2,53	3	2,13	2,54	12,76	15,14	80,85	95,53
	Бутерброд с сыром	30/10/3	40/15/5	4,2	5,9	6,11	8,7	12,94	18,4	123,5	176,0
II Завтрак	Бифидок	130	150	3,9	4,5	3,25	3,75	5,2	6	66,3	76,5
	Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	150/5	180/8	3,24	3,89	3,5	4,2	11,3	13,56	89,7	107,64
	Гуляш из отварного мяса	50	70	12,89	18,05	10,1	14,14	3,27	4,59	156,25	218,75
	Икра свекольная	30	50	0,7	1,16	1,74	2,9	3,7	6,16	34,08	56,8
	Картофельное пюре	110	130	2,24	2,64	3,84	4,53	13,25	15,66	104,13	123,07
	Чай с лимоном	150/3,5	180/7	0,07	0,08	0,01	0,01	7,1	8,52	29	34,8
	Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	2	2,5	0,3	0,37	12,1	15,08	57,04	71,3
Полдник	Булочка домашняя	60	60	3,6	3,6	4,8	4,8	17,4	17,4	141,68	141,68
	Сок фруктовый в ассортименте	150	200	0,75	1	0	0	15,15	20,2	64,03	84,4
ИТОГО		1224,5	1527,5	40,01	51,51	40,29	51,96	141,68	173,04	1067,47	1347,66