



МЕНЮ

(1 неделя, 2 день)

Дата 04.03.2025

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	Суп молочный с макаронными изделиями	160	200	4,54	5,68	4,16	5,2	15,04	18,8	116,16	145,2
	Кофейный напиток с молоком	160	180	2,45	2,4	2,13	2,41	8,74	14,34	62,82	90,5
	Бутерброд с повидлом	25/5	37,5/13	1,16	1,96	1,83	3,09	13	21,9	73,21	123,26
II Завтрак	Фрукты свежие (груша)	150	170	0,6	0,68	0,45	0,51	15,45	17,51	70,5	78,2
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	150	180	6,24	7,49	4,74	5,69	9,68	11,61	108,94	130,7
	Жаркое по домашнему	170	190	20,69	23,13	5,33	5,96	18,5	20,67	205,02	229,14
	Икра свекольная	30	50	0,7	1,17	1,74	2,3	3,7	6,2	34,08	50,05
	Компот из свежих яблок	170	200	0,14	0,16	0,14	0,16	20,23	23,8	72,89	97,6
	Хлеб ржано-пшеничный	35	40	2,33	2,67	0,35	0,39	14,12	16,08	66,55	76
Полдник	Манник	70	85	3,74	4,54	3,98	4,84	33,38	40,54	178,14	216,3
	Соус молочный сладкий	15	20	0,28	0,38	0,67	0,9	1,95	2,6	15,22	20,3
	Чай с сахаром	150	180	0,04	0,04	0,01	0,01	6,99	8,38	28	33,6
ИТОГО		1290,0	1545,5	42,9	50,7	25,4	31,5	160,8	202,4	1031,5	1290,9