

МЕНЮ 16 июня 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							
День 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5	5,1	27,2	126,4	199
Завтрак	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	3,2	12,5	99,2	416
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	1,4	4,3	18	106,0	1
Итого за завтрак		415	9,7	12,6	57,7	331,6	
Второй завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	0,45	0,42	10,5	72,6	400
Итого за второй завтрак		100	0,45	0,42	10,5	72,6	
ОБЕД	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (СОЛЕННЫЕ)	60	0,5	0,1	0,9	6	71
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180	1,7	3,8	8,2	74,3	63
	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	21,8	23,0	23,2	376,1	702
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	180	0,9	0,2	18,2	82,8	418
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,9	0,2	12	45,7	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,1	0,4	13,8	48	
Итого за обед		670	26,9	27,7	76,3	632,9	
Полдник	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50	0,8	1,2	42,3	177	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,1	3,9	8,7	93,5	419
Итого за полдник		250	4,9	5,1	51,0	270,5	
Ужин	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	150	3,2	6,6	27,6	175,9	446
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	9,8	6,4	15,0	178,1	171
	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0	0	4,9	20,9	264
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,7	0,2	9,2	32	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,9	0,2	12	45,7	
Итого за ужин		470	14,6	13,4	68,7	452,6	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			56,55	59,22	264,2	1760,2	