

МЕНЮ

16 ЯНВАРЯ 2025 г.

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|----------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | 155 | 6,0 | 6,7 | 28,7 | 189,1 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | 180 | | | 8,2 | 33,1 |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ | | 30 | 1,8 | 6,3 | 11,4 | 102,9 |
| | | | 7,8 | 13,0 | 48,3 | 325,1 |
| II Завтрак | | | | | | |
| БАНАН СВЕЖИЙ | | 100 | 1,5 | 0,5 | 21,0 | 96,0 |
| | | | 1,5 | 0,5 | 21,0 | 96,0 |
| Обед | | | | | | |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | | 180/7 | 7,7 | 15,1 | 10,9 | 209,5 |
| РЫБА ОТВАРНАЯ | | 50 | 9,2 | 3,4 | 0,4 | 65,4 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | 110 | 2,4 | 3,6 | 18,8 | 109,5 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (КРАСНАЯ СМОРОДИНА) | | 180 | 0,2 | 0,1 | 16,7 | 70,9 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| | | | 24,0 | 29,9 | 60,5 | 590,6 |
| Полдник | | | | | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | | 110/5 | 3,8 | 4,4 | 26,8 | 158,4 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | | 30 | 7,0 | 8,9 | | 109,2 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | | 180 | 3,9 | 3,0 | 14,9 | 103,2 |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | | 50 | 3,3 | 6,2 | 27,9 | 180,3 |
| | | | 18,0 | 22,5 | 69,6 | 551,1 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 51,3 | 65,9 | 199,4 | 1 562,8 |

МЕНЮ

16 ЯНВАРЯ 2025 г.

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|----------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200 | | 7,8 | 8,6 | 37,1 | 244,1 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | | | 9,1 | 36,6 |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ | 40 | | 2,4 | 8,4 | 15,2 | 137,3 |
| | | | 10,2 | 17,0 | 61,4 | 418,0 |
| II Завтрак | | | | | | |
| БАНАН СВЕЖИЙ | 150 | | 2,3 | 0,8 | 31,5 | 144,0 |
| | | | 2,3 | 0,8 | 31,5 | 144,0 |
| Обед | | | | | | |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 200/10 | | 8,6 | 16,8 | 12,1 | 233,0 |
| РЫБА ОТВАРНАЯ | 70 | | 12,9 | 4,7 | 0,6 | 91,3 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | | 2,8 | 4,3 | 22,2 | 129,3 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (КРАСНАЯ СМОРОДИНА) | 200 | | 0,2 | 0,1 | 18,5 | 78,8 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| | | | 30,8 | 38,6 | 67,7 | 718,0 |
| Полдник | | | | | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 130/5 | | 4,4 | 4,5 | 31,5 | 180,5 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 40 | | 9,3 | 11,8 | | 145,6 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | | 4,3 | 3,3 | 16,6 | 114,6 |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 50 | | 3,3 | 6,2 | 27,9 | 180,3 |
| | | | 21,3 | 25,8 | 76,0 | 621,0 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 64,6 | 82,2 | 236,6 | 1 901,0 |