

# МЕНЮ

16 ЯНВАРЯ 2025 г.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
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
			<b>7,8</b>	<b>13,0</b>	<b>48,3</b>	<b>325,1</b>
<b>II Завтрак</b>						
БАНАН СВЕЖИЙ		100	1,5	0,5	21,0	96,0
			<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>	<b>96,0</b>
<b>Обед</b>						
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
			<b>24,0</b>	<b>29,9</b>	<b>60,5</b>	<b>590,6</b>
<b>Полдник</b>						
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
			<b>18,0</b>	<b>22,5</b>	<b>69,6</b>	<b>551,1</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>51,3</b>	<b>65,9</b>	<b>199,4</b>	<b>1 562,8</b>

# МЕНЮ

16 ЯНВАРЯ 2025 г.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
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
			<b>10,2</b>	<b>17,0</b>	<b>61,4</b>	<b>418,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
БАНАН СВЕЖИЙ	150		2,3	0,8	31,5	144,0
			<b>2,3</b>	<b>0,8</b>	<b>31,5</b>	<b>144,0</b>
<b>Обед</b>						
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
			<b>30,8</b>	<b>38,6</b>	<b>67,7</b>	<b>718,0</b>
<b>Полдник</b>						
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
			<b>21,3</b>	<b>25,8</b>	<b>76,0</b>	<b>621,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>64,6</b>	<b>82,2</b>	<b>236,6</b>	<b>1 901,0</b>