

# МЕНЮ

20 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"		155	6,2	7,9	25,7	199,0
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,9	3,0	14,9	103,2
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	3,0	14,0	88,8
			<b>11,6</b>	<b>13,9</b>	<b>54,6</b>	<b>391,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ		100			10,7	43,7
					<b>10,7</b>	<b>43,7</b>
<b>Обед</b>						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ		180	7,1	12,6	10,0	177,2
СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ ПАРОВОЕ		50/5	12,9	7,7	0,7	114,0
РИС ОТВАРНОЙ		110	2,7	4,3	26,8	157,3
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>24,9</b>	<b>25,0</b>	<b>66,9</b>	<b>580,6</b>
<b>Полдник</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		180	4,1	3,5	15,6	111,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180			8,2	33,1
БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ		50	4,3	1,6	30,3	152,5
			<b>8,4</b>	<b>5,1</b>	<b>54,1</b>	<b>297,2</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>44,9</b>	<b>44,0</b>	<b>186,3</b>	<b>1 312,5</b>

# МЕНЮ

20 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"		200	8,1	9,7	31,8	241,4
КАКАО С МОЛОКОМ		200	4,3	3,3	16,6	114,6
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	3,0	14,0	88,8
			<b>13,9</b>	<b>16,0</b>	<b>62,4</b>	<b>444,8</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ		100			10,7	43,7
					<b>10,7</b>	<b>43,7</b>
<b>Обед</b>						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ		200	7,9	14,1	11,2	197,4
СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ ПАРОВОЕ		70/5	18,0	9,1	0,9	146,7
РИС ОТВАРНОЙ		130	3,2	5,1	31,6	185,8
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (КРАСНАЯ СМОРОДИНА)		200	0,2	0,1	18,5	78,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
			<b>32,0</b>	<b>28,8</b>	<b>79,2</b>	<b>690,3</b>
<b>Полдник</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		200	4,6	3,9	17,4	124,0
ЧАЙ С САХАРОМ		200			9,1	36,6
БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ		50	4,3	1,6	30,3	152,5
			<b>8,9</b>	<b>5,5</b>	<b>56,8</b>	<b>313,1</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>54,8</b>	<b>50,3</b>	<b>209,1</b>	<b>1 491,9</b>