

МЕНЮ

30 ОКТЯБРЯ 2024 г.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		155	5,4	6,3	26,9	188,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,8	2,2	13,9	86,4
ВАФЛИ		20				
			8,2	8,5	40,8	274,4
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		100			11,0	45,0
					11,0	45,0
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ		180/7	10,5	13,5	8,1	195,0
КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ		50/30	20,2	21,7	3,3	288,7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ		110	6,3	5,1	28,4	184,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА)		180	0,4	0,1	16,5	71,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
			39,4	40,7	69,0	800,6
Полдник						
БИТОЧКИ РИСОВЫЕ С		150/20	5,1	4,5	47,3	253,9
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ И ЯГОД		180	0,2	0,1	26,2	106,5
БАТОН ПРОСТОЙ		30	2,4	0,3	14,7	71,4
			7,7	4,9	88,2	431,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,3	54,1	209,0	1 551,8

МЕНЮ

30 ОКТЯБРЯ 2024 г.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		200	7,0	8,1	34,7	242,6
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	3,1	2,4	15,4	95,9
ВАФЛИ		30				
			10,1	10,5	50,1	338,5
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		100			10,7	43,7
					10,7	43,7
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ		200/10	11,8	15,3	9,0	219,9
КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ		70/50	24,2	26,0	4,0	346,1
КАША ГРЕЧНЕВАЯ		130	7,4	6,0	33,6	218,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА)		200	0,4	0,2	18,4	79,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
			46,5	47,9	82,0	944,8
Полдник						
БИТОЧКИ РИСОВЫЕ С		200/30	6,5	5,8	63,0	334,7
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ И ЯГОД		200	0,2	0,1	29,1	118,3
БАТОН ПРОСТОЙ		40	3,2	0,4	19,6	95,2
			9,9	6,3	111,7	548,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			66,5	64,7	254,5	1 875,2