

# МЕНЮ

12 ДЕКАБРЯ 2024 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

12 ДЕКАБРЯ 2024 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>                |