

# МЕНЮ

19 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ                                      |           | 155      | 5,7               | 6,6         | 23,2         | 171,1                         |
| ЧАЙ С САХАРОМ   |           | 180      |                   |             | 8,2          | 33,1                          |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ                                       |           | 30       | 1,8               | 6,3         | 11,4         | 102,9                         |
|   |           |          | <b>7,5</b>        | <b>12,9</b> | <b>42,8</b>  | <b>307,1</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>   |           |          |                   |             |              |                               |
| РАССОЛЬНИК<br>ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО<br>СМЕТАНОЙ                |           | 180/7    | 7,6               | 14,3        | 15,2         | 217,4                         |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ                                   |           | 160      | 10,7              | 12,5        | 8,9          | 189,1                         |
| КОМПОТ ИЗ<br>СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ<br>ЯГОД (ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА) |           | 180      | 0,4               | 0,1         | 16,5         | 71,2                          |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                      |           | 30       | 2,0               | 0,3         | 12,7         | 61,2                          |
|   |           |          | <b>20,7</b>       | <b>27,2</b> | <b>53,3</b>  | <b>538,9</b>                  |
| <b>Полдник</b>  |           |          |                   |             |              |                               |
| КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ СО<br>СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ               |           | 130/5    | 4,1               | 4,8         | 31,4         | 174,6                         |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ   |           | 180      | 0,1               |             | 10,0         | 41,6                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  |           | 30       | 2,3               | 0,2         | 15,1         | 71,1                          |
|   |           |          | <b>6,5</b>        | <b>5,0</b>  | <b>56,5</b>  | <b>287,3</b>                  |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                                     |           |          | <b>36,2</b>       | <b>45,6</b> | <b>173,6</b> | <b>1 229,3</b>                |

# МЕНЮ

19 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ                                      |           | 200      | 7,4               | 8,5         | 29,9         | 220,7                         |
| ЧАЙ С САХАРОМ   |           | 200      |                   |             | 9,1          | 36,6                          |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ                                       |           | 40       | 1,7               | 16,6        | 10,3         | 179,8                         |
|   |           |          | <b>9,1</b>        | <b>25,1</b> | <b>49,3</b>  | <b>437,1</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>   |           |          |                   |             |              |                               |
| РАССОЛЬНИК<br>ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО<br>СМЕТАНОЙ                |           | 200/10   | 8,5               | 16,2        | 16,9         | 244,6                         |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ                                   |           | 200      | 13,4              | 15,6        | 11,1         | 236,1                         |
| КОМПОТ ИЗ<br>СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ<br>ЯГОД (ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА) |           | 200      | 0,4               | 0,2         | 18,4         | 79,2                          |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                      |           | 40       | 2,7               | 0,4         | 17,0         | 81,6                          |
|   |           |          | <b>25,0</b>       | <b>32,4</b> | <b>63,4</b>  | <b>641,5</b>                  |
| <b>Полдник</b>  |           |          |                   |             |              |                               |
| КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ СО<br>СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ               |           | 150/7    | 4,7               | 6,5         | 36,1         | 208,5                         |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ   |           | 200      | 0,1               |             | 11,1         | 46,1                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  |           | 40       | 3,1               | 0,3         | 20,1         | 94,7                          |
|   |           |          | <b>7,9</b>        | <b>6,8</b>  | <b>67,3</b>  | <b>349,3</b>                  |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                                     |           |          | <b>44,3</b>       | <b>65,1</b> | <b>211,5</b> | <b>1 571,9</b>                |