

# МЕНЮ

31 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 РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ		155	4,4	6,2	29,7	193,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С		180	3,1	2,3	15,5	94,4
ПРЯНИКИ		20				
			<b>7,5</b>	<b>8,5</b>	<b>45,2</b>	<b>287,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ		100			10,7	43,7
					<b>10,7</b>	<b>43,7</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		180	7,3	10,9	17,4	194,0
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ		160	15,4	18,7	19,9	304,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ)		180	0,1		24,9	99,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
			<b>24,8</b>	<b>29,9</b>	<b>74,9</b>	<b>659,1</b>
<b>Полдник</b>						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА		150	13,7	10,6	30,8	271,1
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ ЖИРНОСТЬЮ 8,5		7	0,3	0,6	3,8	21,8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180	0,1		10,0	41,6
БАТОН ПРОСТОЙ		30	2,4	0,3	14,7	71,4
			<b>16,5</b>	<b>11,5</b>	<b>59,3</b>	<b>405,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>48,8</b>	<b>49,9</b>	<b>190,1</b>	<b>1 396,1</b>

# МЕНЮ

31 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 РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ		200	5,9	7,5	35,2	232,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С		200	3,4	2,5	17,2	104,7
ПРЯНИКИ		30				
			<b>9,3</b>	<b>10,0</b>	<b>52,4</b>	<b>337,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ		100			10,7	43,7
					<b>10,7</b>	<b>43,7</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		200	8,1	12,1	19,3	215,4
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ		200	19,3	23,5	24,8	380,9
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ)		200	0,2		27,7	111,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
			<b>30,3</b>	<b>36,0</b>	<b>88,8</b>	<b>788,9</b>
<b>Полдник</b>						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА		200	18,3	14,1	40,9	360,4
МОЛОКО СГУЩЕНОЕ ЖИРНОСТЬЮ 8,5		10	0,5	0,8	5,4	31,1
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200	0,1		11,1	46,1
БАТОН ПРОСТОЙ		40	3,2	0,4	19,6	95,2
			<b>22,1</b>	<b>15,3</b>	<b>77,0</b>	<b>532,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>61,7</b>	<b>61,3</b>	<b>228,9</b>	<b>1 702,4</b>