

МЕНЮ на 08 июня 2025г

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
		всего	всего		
Завтрак					
Суп молочный с лапшой	275,0	7,27	8,20	22,03	189,33
Кисель с витаминами Витошка	200,0	0,00	0,00	22,33	91,53
Батон с каротином	65,0	4,24	1,42	34,65	167,39
Хлеб ржаной	40,0	2,81	0,44	21,92	99,11
Пряники	40,0	2,36	1,88	30,84	146,70
Итого за 'Завтрак'	620	16,68	11,94	131,76	694,06
10:00					
Конфеты в ассортименте	30,0	0,24	0,03	24,24	94,15
Сок	200,0	1,00	0,20	20,60	86,48
Итого за '10:00'	230	1,24	0,23	44,84	180,63
Обед					
Салат из свежих томатов с растительным маслом	110,0	1,11	6,66	5,27	84,43
Суп крестьянский с крупой со сметаной	275,0	2,55	6,48	16,94	132,71
Мясо говядины отварное	20,0	5,36	3,84	0,00	55,99
Тефтели из мяса говядины в молочном соусе	110,0	12,37	13,39	12,78	219,04
Каша рисовая с овощами	200,0	5,04	9,53	52,80	316,78
Компот из сухофруктов	200,0	1,02	0,06	23,18	87,60
Хлеб крестьянский с Валитек-8	65,0	4,35	0,46	32,63	136,85
Хлеб ржаной	40,0	2,81	0,44	21,92	99,11
Итого за 'Обед'	1020	34,62	40,86	165,53	1132,51
Полдник					
Вафли	100,0	3,90	4,90	59,60	178,90
Молоко кипяченое	200,0	5,81	6,41	9,42	117,42
Яблоки	180,0	0,72	0,72	20,88	87,62
Итого за 'Полдник'	480	10,43	12,03	89,90	383,94
Ужин					
Огурец соленый	110,0	0,86	0,11	2,70	15,40
Кнели из рыбы паровые (минтай)	110,0	15,66	8,00	5,69	157,17
Картофельное пюре	200,0	4,15	4,89	29,43	176,78
Чай	200,0	0,08	0,02	9,84	37,80
Хлеб крестьянский с Валитек-8	65,0	4,35	0,46	32,63	136,85
Хлеб ржаной	40,0	2,81	0,44	21,92	99,11
Итого за 'Ужин'	725	27,91	13,91	102,20	623,12
Ужин 2					
Печенье	20,0	1,50	1,96	15,34	84,45
Йогурт	200,0	5,80	6,40	8,00	116,60
Итого за 'Ужин 2'	220	7,30	8,36	23,34	201,05
Итого за день	3295	98,19	87,33	557,57	3215,32