



Меню на 24.01.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Повидло	10	0,017	0	6,49	25,67
Суп молочный с макаронными изделиями	160	4,55	4,87	15,40	154,00
Какао с молоком	200	3,82	4,02	16,80	118,73
Итого за Завтрак 1	400	10,64	9,76	54,11	377,00
Завтрак 2					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	180	1,05	0,15	19,80	90,00
Итого за Завтрак 2	180	1,05	0,15	19,80	90,00
Обед					
Салат "Зимний"	50	0,96	6,39	6,00	83,25
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,57	3,28	7,56	66,03
Котлеты рубленые из птицы	70	12,82	3,93	6,93	114,37
Рис отварной с овощами	130	3,21	4,77	32,17	184,50
Компот из свежих плодов	180	0,17	0,17	12,52	52,20
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87,00
Итого за Обед	680	22,03	19,14	81,88	587,35
Полдник					
Чай с молоком	200	1,50	1,30	17,40	87,00
Оладьи с маслом	55	4,50	7,22	22,83	174,29
Итого за Полдник	255	6,00	8,52	40,23	261,29
Ужин					
Картофель, тушеный в соусе	200	4,24	11,86	31,06	248,00
Кисель плодово-ягодный	200	0,02	0,00	28,75	115,09
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
Итого за Ужин	450	8,06	12,26	84,41	480,59
Итого за день	1 965	47,78	49,83	280,43	1 796,23