

Согласовано
Заведующий



Меню на 28.11.2024г.



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	30	1,86	0,73	12,85	65,50
Сыр (порциями)	10	2,61	2,66	0,35	35,75
Молочная каша "Дружба"	180	5,66	3,59	30,41	176,62
Чай с молоком	180	1,35	1,17	15,66	78,30
Итого за Завтрак 1	400	11,48	8,15	59,27	356,17
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 "Степной"	50	0,91	3,89	6,75	65,40
Рассольник Ленинградский	200	1,86	3,46	13,58	92,64
Голубцы ленивые	190	14,65	10,54	22,37	243,03
Кисель плодово-ягодный	200	0,02	0,00	28,75	115,09
Хлеб пшеничный	50	3,75	1,45	25,70	130,85
Итого за Обед	690	21,19	19,34	97,15	647,01
Полдник					
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Булочка домашняя	50	3,77	8,04	30,53	209,57
Итого за Полдник	250	3,97	8,09	40,58	251,03
Ужин					
Биточки рыбные	80	9,32	4,89	7,54	111,41
Каша пшеничная рассыпчатая	130	5,60	6,03	33,38	210,30
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32
Итого за Ужин	450	17,76	11,45	64,33	431,49
Итого за день	1 970	55,45	47,18	281,13	1 775,70