

МЕНЮ

На 25 апреля 2025 год

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой рисовой	С 180/2,0	4,33	4,57	15,14	119,16
		Я 150/1,5	3,61	3,81	12,06	99,30
	Хлеб пшеничный	С 20	1,52	0,16	9,84	47,00
		Я 15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	С 7	0,06	5,08	0,10	46,2
		Я 5	0,04	3,63	0,07	33,00
	Чай с лимоном	С 200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50
		Я 180/10/9	0,07	0,01	7,10	29,00
	Плоды свежие (яблоки)	С 1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
		Я 1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
ОБЕД	Икра овощная	С 50	0,65	2,07	3,58	35,50
		Я 30	0,39	1,24	2,15	21,30
	Борщ с капустой	С 200	1,45	3,93	10,20	85,00
		Я 150	1,09	2,95	7,65	61,50
	Пампушка с чесноком	С 20/6	1,20	0,80	8,40	43,10
		Я 20/6	1,20	0,80	8,40	43,10
	Зразы рыбные рубленые (масло сливочное «Крестьянское» 72,5%)	Я 50/5	6,72	3,33	7,53	86,67
		С 180	0,50	0	26,66	100,66
	Компот из сухофруктов	Я 150	0,42	0	20,50	83,88
		С 20	1,14	0,12	7,38	35,25
	Хлеб пшеничный	Я 10	0,76	0,08	4,92	23,5
		С 37	2,47	0,45	12,52	65,25
ПОЛДНИК	Хлеб ржаной	Я 30	1,98	0,36	10,02	52,2
		С 60	4,69	4,14	30,28	177,19
	Шанежка наливная	Я 60	4,69	4,14	30,28	177,19
		С 180	6,11	5,44	10,11	113,30
	Молоко кипяченое 2,5%	Я 150	4,58	4,08	7,58	85,00
		С 1374	36,77	36,50	174,15	1163,75
	Итого за день					931,29
		Я 1110	29,89	28,10	141,04	

