

МЕНЮ
 07 октября 2024 г.
 ОТ 12.00 ДО 17.00

Наименование блюда	Масса порции	Приложение к меню			Энергетическая ценность ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Итого: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МАКОВАЯ МЯГКОВЯЯ ЗАВТРАКОВАЯ СЛИВОЧНАЯ КОРИЦЕЙ	180	4,4	6	22,5	181,1	189
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	7	0,1	0,2	0,1	75,4	6
ЧАЙ	20	0,5	0,1	13,5	75,4	75,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,5	0,1	13,5	55,2	411
Итого за прием пищи:	227	5,5	6,3	36,6	371,6	226
Обед						
СЛОЖ	150	4,4	6	22,5	181,1	189
Ужин						
САЛАТ С ОВОЩАМИ	90	0,7	2	0,4	63,2	13
СУП ВИТАМИННЫЙ С КУРИЦЕЙ "КУРОЧКА РЯБА"	180	14,5	6	8,5	145,9	86
ПИРОГ С МЯСОМ "СТАРИК ХОТТАБИЧ"	210	1,8	3	22,6	132,0	219
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,5	0,6	10,3	52,4	6
ХЛЕБ РАЖАНОВЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,6	6
КОМПОТ ИЗ СЛИВОВЫХ ФРУКТОВ "МОЛОДЕЦЫНСКОЕ ПЕЧЕНЬКО"	200	0	0	9,7	38,7	394
Итого за прием пищи:	670	21,5	11,8	74	470,3	279
Ужин						
ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	120	3,6	3	32,6	132,3	219
СЛИВОЧНОЕ МОЛОКО	10	2,6	2,3	0,2	31,5	227
СЫРОКО	100	3,3	0,1	15,5	55,2	6
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ	200	0,5	0,1	13,5	55,2	411
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,5	0,6	10,3	52,4	6
Итого за прием пищи:	450	10,5	6,3	62,1	326,5	279
Итого за день:	1147	37,5	24,9	164,7	1470,3	579

