

№ 12. 2024

20.12.2024



МЕНЮ
20 ДЕКАБРЬ 2024 г.

ОТ 11.03.2023 ГЕТ

Продукты, наименование и цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Количество
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ОМЛЕТ ПАСТАРИНОВЫЙ	100	4,2	9	23,1	101,1	192
СЕР	5	0,1	0,3	0,1	75	8
ЧАЙ	5	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	13,3	55,2	40
Итого за прием пищи:	100	6,1	10	46	343,7	
Завтрак						
СОК	5	4,1	0	22,1	101,1	100
Обед						
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С ОМЛЕТ ИЛИ КУКУРУЗНОЙ	80	3,2	6,1	4,7	82,2	14
КОРМОВЫЙ ДЛЯ АЛБИНОК ОТОБРАННЫЙ (картофель, морковь, капуста, лук, чеснок, лук, петрушка, соль, перец, масло растительное)	100	5,6	0	9,8	117,2	65
СЫРОКОМБИ	5	3,3	3	21,6	102,2	219
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	9,7	13,3	13,1	151,1	3000-7
КОМПОЗИЦИОННЫЙ ФРУКТОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	200	0	0	9,7	38,7	300
ХЛЕБ ПИЦЦАРИНОВЫЙ	5	1,3	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РАЖАНОВЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
Итого за прием пищи:	300	23,8	27	78,7	654,6	
Ужин						
КАША ГРЕЧЕВАЯ	50	4	4,1	18,1	125,1	150
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	9,7	13,3	13,1	151,1	3000-7
ПЮРЕ	50	1,3	0,2	8,5	40,8	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	13,3	55,2	40
ХЛЕБ ПИЦЦАРИНОВЫЙ	5	1,3	0,6	10,3	52,4	
Итого за прием пищи:	180	16,7	18,1	62,2	458	
Всего за день:		65,4	65,4	257,6	1841,5	