

МЕНЮ**10.02.2025 понедельник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		390	10,64	16,60	49,76	0,82	405
	Каша вязкая пшенная (на молоке и воде)	163	4,86	5,67	23,24	0,32	180/5
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10
	Какао с молоком	91	3,33	3,38	11,90	0,50	180
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00	100
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100
Обед		631	21,45	17,95	95,75	9,39	670
	Салат из кукурузы (консервированной)	46	0,82	2,55	4,97	1,79	40
	Суп картофельный на к/б	98	2,40	1,94	17,66	6,91	180
	Фрикадельки из птицы	130	8,82	7,88	5,85	0,29	60
	Соус сметанный с томатом	24	0,53	1,50	2,11	0,40	30
	Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130
Полдник		195	4,05	5,90	31,60		230
	Компот из изюма	80	0,30		19,80		180
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50
Ужин		418	24,46	19,23	36,97	2,58	400
	Чай с лимоном	29	0,08	0,01	7,24	0,60	180
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Салат из горошка зеленого консервированного	37	1,38	2,29	2,81	1,90	50
	Рыба запеченная в омлете (минтай)	220	17,70	15,98	1,45	0,08	120
Итого за день: Стоимость питания 179 руб.		1 681	61,00	59,68	225,38	14,80	

МЕНЮ**10.02.2025 понедельник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		424	11,74	17,64	54,66	0,97	445
	Каша вязкая пшенная (на молоке и воде)	187	5,59	6,34	26,82	0,35	200/5
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10
	Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00	100
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100
Обед		704	24,93	21,48	102,52	10,70	740
	Фрикадельки из птицы	173	11,82	10,55	7,70	0,39	80
	Соус сметанный с томатом	24	0,53	1,50	2,11	0,40	30
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50
	Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200
Полдник		204	4,09	5,90	33,80		250
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50
	Компот из изюма	89	0,34		22,00		200
Ужин		464	28,97	23,26	34,79	2,81	450
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Салат из горошка зеленого консервированного	37	1,38	2,29	2,81	1,90	50
	Рыба запеченная в омлете (минтай)	275	22,13	19,98	1,81	0,13	150
Итого за день:		1 843	70,13	68,28	237,07	16,48	
Стоимость питания 179 руб.							