

МЕНЮ НА 12.05.23

Если 12 часов

ДЕНЬ 1

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|--------------|-------------|-------------------|-------------|-------------|----------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ | | 170 | 4,5 | 7,0 | 14,2 | 139,4 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | | 160 | 2,8 | 2,8 | 9,5 | 74,9 |
| БАТОН | | 20 | 1,6 | 0,2 | 9,8 | 47,6 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ), | | 5/5 | | 4,1 | | 37,4/ |
| | | | 8,9 | 14,1 | 33,5 | 299,3 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СОК ФРУКТОВЫЙ | | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43,0 |
| | | | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43,0 |
| Обед | | | | | | |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ | | 30 | 0,6 | 2,7 | 2,3 | 35,7 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | 160 | 6,9 | 6,3 | 16,8 | 151,7 |
| ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ | | 170 | 8,02 | 11,7 | 24,1 | 243,0 |
| КОМПОТ ИЗ СВ.ВИШНИ С ВИТАМИНОМ "С" | | 150 | 0,1 | 0,1 | 6,5 | 27,4 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | 20 | 1,5 | 0,1 | 10,0 | 47,4 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| | | | 18,42 | 21,1 | 68,2 | 546,0 |
| Полдник | | | | | | |
| КИСЕЛЬ | | 180 | | | 15,4 | 61,9 |
| БАТОН С СЫРОМ | | 30/12 | 4,8 | 3,4 | 14,7 | 109,9 |
| | | | 4,8 | 3,4 | 30,1 | 171,8 |
| Ужин | | | | | | |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | | 170 | 20,6 | 7,8 | 1,0 | 158,7 |
| СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЦАМИ | | 30 | 0,8 | 1,9 | 4,1 | 37,2 |
| ОТВАР ШИПОВНИКА | | 180 | 0,1 | | 6,3 | 27,6 |
| | | | 21,5 | 9,7 | 11,4 | 223,5 |

| | | | | |
|-------------------------------------|--------------|-------------|--------------|---------------|
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 145 | 54,12 | 48,4 | 153,3 | 1283,6 |
|-------------------------------------|--------------|-------------|--------------|---------------|