

Меню на «05» мая 2025 г.



Неделя 1, день 1	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			ЭЦ, ккал
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	
		Завтрак 1				23,75	198,3
181		Каша молочная манная жидкая	250	7,8	7,3	17,6	118,6
382		Какао с молоком	200	4,1	3,6	0,26	132
14		Масло сливочное	20	0,2	14,5	14,8	157
3		Бутерброд с сыром	40	6,27	8	42,6	218,40
31		Батон	50	6,2	2,2	99	824,3
		Итого:	560	24,6	35,6		
		Завтрак 2				22,8	100,4
389		Сок	200	1,4	0,2	42,6	218,40
31		Хлеб пшеничный	50	6,2	2,2	63	310,4
		Итого:	250	7,6	2,4		
		Обед				3,3	174
76		Огурец солёный порционный	100	10,2	2,2	125,25	102,5
82		Борщ с капустой и картофелем с мясом	250	1,81	4,91	2,89	221
260		Гуляш из говядины	100	14,55	16,79	24,5	164,7
312		Картофельное пюре	180	0,02	5,8	35,2	110
349		Компот из сухофруктов	200	10	0,06	1,05	72,4
73		Хлеб из ржаной муки	40	2,6	0,48	42,6	218,40
31		Хлеб пшеничный	50	6,2	2,2	234,8	1063
		Итого:	920	45,4	32,4		
		Полдник				49,5	345
91		Печенье юбилейное	75	5,7	13,5	49,5	367,5
90		Конфеты	75	4,1	17,25	42,3	97,58
346		Напиток витаминный (компот из апельсинов)	200	0,14	0,04	141,3	810,1
		Итого:	350	9,9	30,8		
		Ужин 1				9,56	192
296		Котлеты рубленые из птицы	100	19,5	10,88	23,89	153,63
171		Каша гречневая рассыпчатая	160	4,97	3,74	1,05	72,4
73		Хлеб из ржаной муки	40	2,6	0,48	15,2	62
377		Чай с лимоном	200	0,13	0,02	11,5	49
338		Фрукт «Апельсин»	100	0,4	0,4	61,2	529
		Итого:	600	28	15,5		
		Ужин 2				8	106
386		Кисломолочный напиток	200	5,80	5	8	106
		Итого:	200	5,80	5	607,3	3642,7
		Итого за день:	2880	121,3	121,7		

Продукты не содержат ГМО

мел.сестра *Ров* Ревич В.И.