

Меню на «06» мая 2025 г.



Неделя 1, день 2

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			ЭЦ, ккал
			белки, г	жиры, г	углеводы, г	
						656
243	Сосиска отварная	110	22,2	62,2	44,7	226,5
202	Макаронные изделия отварные	150	10,92	13,7	0,26	132
14	Масло сливочное	20	0,2	14,5	0,28	62,840
209	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	15,9	100,6
379	Кофейный напиток на молоке	200	3,24	2,7	42,6	218,40
31	Батон	50	6,2	2,2	104,2	1068,3
	Итого:	570	36,7	68,8		
	Завтрак 2					92
	Сок	200	1	0,2	20,2	218,40
389	Хлеб пшеничный	50	6,2	2,2	42,6	310,4
31	Итого:	250	7,2	2,4	62,8	
	Обед					199
42	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	100	1,75	6,2	9,25	134,75
119	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,49	5,28	16,33	151
278	Тефтели из говядины (1 вариант)	110	7,83	8,75	10,25	255,6
143	Рагу овощное	189	3,2	19,8	15,5	117,4
42	Кисель	200	0,1	0,1	29,8	72,4
73	Хлеб из ржаной муки	40	2,6	0,48	1,05	218,40
31	Хлеб пшеничный	50	6,2	2,2	42,6	1008
	Итого:	939	27,2	32,95	114,6	
	Полдник					269
410	Ватрушка с творогом	100	12,3	7,7	38,9	245
90	Конфеты	50	2,75	11,5	33	62
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	576
	Итого:	350	15,2	19,2	87,1	
	Ужин 1					523,3
265	Плов с говядиной	260	26,8	27,5	42,3	58
376	Чай с сахаром	200	8,9	3,06	26	72,4
73	Хлеб из ржаной муки	40	2,6	0,48	1,05	47
338	Фрукт «Яблоко»	100	0,4	0,4	9,8	700,7
	Итого:	600	38,7	31,4	79,2	
	Ужин 2					106
386	Кисломолочный напиток	200	5,80	5	8	106
	Итого:	200	5,80	5	8	
	Итого за день:	2775	128,2	159,8	455,9	3769,4

Продукты не содержат ГМО

мед.сестра

Черебулина Г.И.