

Меню на «07» мая 2025 г.



Неделя 1, день 3

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			ЭЦ, ккал
			белки, г	жиры, г	углеводы, г	
	Завтрак 1					540
223	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200	29,2	22,1	36	132
14	Масло сливочное	20	0,2	14,5	0,26	81,7
92	Йогурт промышленного производства	115	3,1	3	17,25	86
278	Чай с молоком	200	1,40	1,60	16,40	218,40
31	Батон	50	6,2	2,2	42,6	1058,1
	Итого:	585	40,1	43,4	132,5	
	Завтрак 2					92
389	Сок	200	1	0,2	20,2	218,40
31	Хлеб пшеничный	50	6,2	2,2	42,6	310,4
	Итого:	250	7,2	2,4	62,8	
	Обед					125
67	Винегрет овощной	100	1,4	10,02	6,5	100,13
112	Суп с макаронными изделиями с мясом птицы	250	2,98	2,83	15,7	105
229	Рыба тушеная в томате с овощами	100	9,75	4,95	3,8	315
171	Каша рисовая рассыпчатая	180	9,95	10,7	44,8	110
342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	22,30	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	1046
	Итого:	920	56,5	231,4	136,8	
	Полдник					345
91	Печенье	75	5,7	13,5	49,5	367,5
90	Конфеты	75	4,1	17,25	49,5	72,8
388	Напиток витаминный	200	0,4	0,27	17,2	785,3
	Итого:	350	10,2	31	116,2	
	Ужин 1					438,3
259	Жаркое по-домашнему	260	24,1	26,9	24,6	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	96
338	Фрукт «Банан»	100	1,5	0,5	21	664,7
	Итого:	600	37,1	30,9	72,7	
	Ужин 2					106
386	Кисломолочный напиток	200	5,80	5	8	106
	Итого:	200	5,80	5	8	
	Итого за день:	2905	157	344	529	3970,5

Продукты не содержат ГМО

мед.сестра *Зимина В.Г.*