

**МЕНЮ****7-11****ДЕНЬ 8****19.02.2025**

| Наименование блюда          | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|-----------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|----------------------------------|
|                             | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |
| Завтрак                     |           |          |                   |         |             |                                  |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ           | 45        |          | 7,3               | 12,1    | 19,4        | 216,5                            |
| КАША МАННАЯ С СОКОМ         | 250       |          | 9,4               | 7,6     | 48,5        | 298,8                            |
| ЧАЙ С САХАРОМ               | 190/0/15  |          | 0,2               | 0,1     | 14,3        | 57,0                             |
|                             |           |          | 16,9              | 19,8    | 82,2        | 572,3                            |
| Обед                        |           |          |                   |         |             |                                  |
| САЛАТ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ | 60        |          | 1,0               | 6,0     | 5,9         | 81,7                             |
| БОРЩ С МЯСОМ                | 200       |          | 7,1               | 8,7     | 11,9        | 154,5                            |
| РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ            | 90        |          | 12,7              | 3,1     | 0,6         | 81,1                             |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ             | 150       |          | 3,5               | 4,2     | 15,1        | 114,2                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                 | 30        |          | 0,8               | 0,2     | 12,7        | 56,4                             |
| НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ          | 200       |          | 0,1               |         | 24,2        | 99,6                             |
| ВАФЛИ                       | 30        |          | 0,8               | 1,0     | 23,2        | 106,2                            |
|                             |           |          | 27,3              | 24,0    | 109,1       | 768,5                            |
| Полдник                     |           |          |                   |         |             |                                  |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ           | 135       |          | 2,5               | 7,5     | 25,7        | 182,7                            |
| РЯЖЕНКА                     | 200       |          | 5,8               | 5,0     | 8,4         | 108,0                            |
|                             |           |          | 8,3               | 12,5    | 34,1        | 290,7                            |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:              |           |          | 52,5              | 56,3    | 225,4       | 1 631,5                          |