

7-11

ДЕНЬ 6

03.02.2025

		ДЕНЬ 6		03.02.2025		
Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	5,1	4,2	11,5	104,1	
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	250	7,2	12,8	37,8	294,0	
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,0	24,5	140,2	
		16,1	20,0	73,8	538,3	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,1	2,5	6,5	52,5	
ЩИ	200	7,2	7,1	4,5	110,7	
ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	90	12,2	11,3	8,4	207,5	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	150	5,2	6,3	31,8	205,5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	26,4	108,0	
		28,7	28,4	96,5	782,5	
Полдник						
ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА	100	6,6	7,7	4,6	114,8	
йогурт	115	2,3	1,7	3,4	55,2	
СОК ВИШНЕВЫЙ	200	1,4	0,4	22,1	98,9	
		9,0	9,4	34,8	261,7	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		53,8	57,8	205,1	1 582,5	