



МЕНЮ

12 и старше

ДЕНЬ 6

20.01.2025

20.01.2025						
Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	75		5,1	4,2	11,5	104,4
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	275		7,9	14,1	41,6	323,5
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,8	3,0	24,5	140,2
			19,2	23,5	83,3	620,1
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100		1,8	4,1	10,9	87,7
ЩИ	250		9,0	8,9	5,6	138,4
ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	100		13,5	12,6	9,3	230,6
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	180		6,1	5,9	44,4	258,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200		0,1	0,1	26,4	108,0
			33,4	32,7	115,5	921,4
Полдник						
ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА	135		9,0	10,4	6,2	156,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,9	5,9	0	5,7	0	51,4
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	20		1,4	1,6	10,9	64,0
СОК ВИШНЕВЫЙ	200		1,4	0,4	22,1	98,9
СОК ВИШНЕВЫЙ	200	200	1,4	0,4	22,1	98,9
			11,8	12,4	39,2	319,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64,4	68,6	238,0	1 860,6