

МЕНЮ
12 и старше
ДЕНЬ 4

03.04.2025

03.04.2025						
Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брут то, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		50	4,5	4,5	7,4	88,0
КАША ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ С ЯБЛОКАМИ		260	10,4	12,4	50,9	361,1
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	3,5	2,4	15,1	94,3
			18,4	19,3	79,7	568,8
Обед						
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ		100	1,4	7,1	7,9	102,9
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ		250	9,3	11,1	20,9	220,6
РЫБА (ФИЛЕ ТРЕСКИ) ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (ГАРНИР- КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ)		280	15,8	11,4	30,4	287,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,5		27,0	110,0
			31,7	32,1	127,6	929,1
Полдник						
КАРТОФЕЛЬНЫЕ ОЛАДЫ С СЫРОМ		165	8,0	11,9	26,6	246,7
СОК ПЕРСИКОВЫЙ		200	1,0	0,2	19,2	92,0
			9,0	12,1	45,8	338,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			59,1	63,5	253,1	1 836,6