



МЕНЮ

12 и старше

ДЕНЬ 9

13.12.2024

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50		5,2	11,8	15,0	187,0
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	220		10,9	8,8	37,1	271,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200		1,5	1,3	22,5	107,3
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
			18,0	22,3	84,4	612,4
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ	100		2,7	8,2	16,8	154,1
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250		10,2	7,8	25,3	211,8
КОТЛЕТЫ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУР	100		15,0	8,4	9,3	173,0
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180		3,1	9,6	16,4	164,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200		0,3	0,1	34,5	139,0
			33,8	35,0	118,6	926,4
Полдник						
КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	150		6,6	9,6	36,2	257,6
КЕФИР С САХАРОМ	200		5,8	5,0	19,1	150,3
			12,4	14,6	55,3	407,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64,2	71,9	258,3	1 946,7