

Утверждаю
Директор
Журавкова Лидия Ивановна



МЕНЮ

12 и старше

ДЕНЬ 3

30.04.2025

ДЕНЬ 3						
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 ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ		210	9,0	12,8	34,5	288,6
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,8	3,0	24,5	140,2
МАНДАРИН		100	0,8	0,2	7,5	38,0
			18,7	20,2	78,0	570,9
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		120	1,7	12,1	11,9	163,6
БОРЩ С МЯСОМ		250	8,9	10,9	14,9	193,2
СЕРДЦЕ В СОУСЕ		100	13,9	6,2	5,5	133,4
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		230	5,4	6,4	22,9	173,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	14,4	67,6
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		200			29,2	116,8
			34,1	36,9	115,0	930,9
Полдник						
ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА		135	9,0	10,4	6,2	156,2
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ		20	1,4	1,6	10,9	64,0
СОК ВИШНЕВЫЙ		200	1,4	0,4	22,1	98,9
			11,8	12,4	39,2	319,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64,6	69,5	232,2	1 820,9