

Журавкова Лидия Ивановна

12 и старше
ДЕНЬ 10

01.07.2025

Наименование блюда		Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		160	6,6	7,2	14,3	148,0	
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ		250	9,0	11,1	31,9	263,6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6	
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,8	3,0	24,5	141,1	
			22,0	21,7	87,7	634,3	
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ		120	1,8	5,2	15,0	114,2	
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ		200	8,1	6,2	20,2	169,4	
МЯСО ДУХОВОЕ		280	15,6	17,7	15,0	281,6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6	
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ		200	0,5	0,1	27,3	113,8	
			31,6	30,8	115,1	865,4	
Полдник							
КАРТОФЕЛЬНЫЕ ОЛАДЫ С СЫРОМ		165	8,0	11,9	26,6	246,7	
СОК ВИШНЕВЫЙ		200	1,4	0,4	22,1	98,9	
			9,4	12,3	48,7	345,6	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,0	64,8	251,5	1 845,3	