

Ежедневное меню на 15.04.2024

Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевые вещества (гр)			Эн.ценно сть (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
Каша "Дружба"	205	6,55	8,33	35,09	241,11
Компот из сухофруктов	200	0,56	0	27,89	113,79
Сыр порционный	15	3,48	4,43	0	54,6
Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	64,7
Обед					
Рассольник домашний	250	5,03	11,3	32,38	149,6
Котлеты, биточки, шницели из говядины	100	10,68	11,72	5,74	176,75
Макаронные изделия отварные	100	3,68	3,53	23,55	140,73
соус томатный	100	0,54	3,67	5,24	56,15
Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	64,7

Ежедневное меню на 16.04.2024

Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевые вещества (гр)			Эн.ценно сть (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/30	29,22	12,11	29,1	342,23
Компот из свежих плодов	200	0,16	0	14,99	60,64
Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	64,7
Обед					
Борщ из свежей капусты	250	1,93	6,34	10,05	104,16
Котлеты рыбные любительские	70	8,7	7,4	4,5	123,1
Пюре картофельное	100	2,09	4,69	18,14	121,64
соус томатный	100	0,54	3,67	5,24	56,15
Кисель из концентрата	200	1,36	0	29,02	116,19
Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	64,7

Ежедневное меню на 17.04.2024

Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевые вещества (гр)			Эн.ценно сть (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
каша гречневая вязкая на молоке	205	7,94	8,21	35,13	246,17
какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92
Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	64,7
Итого за завтрак		14,16	19,69	75,7	464,79
Обед					
Суп крестьянский с крупой	250	2,31	7,74	15,43	140,59
Плов из отварной птицы	30	9	13,5	0	157,5
Макаронные изделия отварные	100	3,68	3,53	23,55	140,73
соус томатный	100	0,54	3,67	5,24	56,15
Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	64,7
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47

Ежедневное меню на 18.04.2024

Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевые вещества (гр)			Эн.ценно сть (ккал)
		Белки	Жиры	Углевод ы	
Завтрак					
Каша пшенная	205	6,04	7,27	34,29	227,16
Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69
Сыр порционный	30	6,96	8,85	0	109,2
Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	64,7
Итого за завтрак		18,24	26,86	68,62	519,75
Обед					
Суп картофельный с бобовыми	250	2,34	3,89	13,61	98,79
Котлеты, биточки, шницели из говядины	100	10,68	11,72	5,74	176,75
Макаронные изделия отварные	100	3,68	3,53	23,55	140,73
соус томатный	100	0,54	3,67	5,24	56,15
Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	64,7

Ежедневное меню на 19.04.2024

Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевые вещества (гр)			Эн.ценно сть (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
Каша "Дружба"	205	6,55	8,33	35,09	241,11
Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69
бутерброды с маслом	40	1,7	15,1	10,26	183,6
Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	64,7
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,09	6,33	10,64	107,83
Котлеты, биточки, шницели из говядины	100	10,68	11,72	5,74	176,75
Макаронные изделия отварные	100	3,68	3,53	23,55	140,73
соус томатный	100	0,54	3,67	5,24	56,15
Сок фруктовый	200	2	0,2	5,8	36
Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	64,7