

Ежедневное меню на 19.05.2025

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (гр)			Эн.ценно сть (ккал)
	(гр)	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
Обед					
Суп крестьянский с крупой	250	2,31	7,74	15,43	140,59
Котлеты, биточки, шницели из говядины	100	10,68	11,72	5,74	176,75
Гречка отварная рассыпчатая	100	5,82	3,62	30	175,87
соус томатный	100	0,54	3,67	5,24	56,15
Компот из сухофруктов	200	0,56	0	27,89	113,79
Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	64,7
Фрукты свежие					

Ежедневное меню на 20.05.2025

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (гр)			Эн.ценно сть (ккал)
	(гр)	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 21.05.2025

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (гр)			Эн.ценно сть (ккал)
	(гр)	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
Сок фруктовый	200	2	0,2	5,8	36
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,4	26,6	129,4

Ежедневное меню на 22.05.2025

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (гр)			Эн.ценно сть (ккал)
	(гр)	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 23.05.2025

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (гр)			Эн.ценно сть (ккал)
	(гр)	Белки	Жиры	Углевод ы	
Завтрак					
Каша пшеничная	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