

Ежедневное меню на 15.05.2023

Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевые вещества (гр)			Эн.ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша рисовая молочная	205	5,12	6,62	32,61	210,13
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
<b>Обед</b>					
Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,98	7,65	24,66	195,1
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
Яблоки	200	0,4	0,4	9,8	47

Ежедневное меню на 16.05.2023

Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевые вещества (гр)			Эн.ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша манная	205	6,53	7,03	38,78	244,92
Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
Сыр порционный	15	3,48	4,43	0	54,6
Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	64,7
<b>Обед</b>					
Суп с рыбными консервами	250	6,62	8,31	21,28	184,48
Котлеты, биточки, шницели из говядины	100	10,68	11,72	5,74	176,75
Рис отварной	100	2,59	3,39	26,85	150,12
соус томатный	100	0,54	3,67	5,24	56,15
Сок фруктовый	200	2	0,2	5,8	36
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,4	26,6	129,4

Ежедневное меню на 17.05.2023

Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевые вещества (гр)			Эн.ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>					
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
<b>Обед</b>					
Расгильник 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 18.05.2023

Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевые вещества (гр)			Эн.ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Запеканка из творога со стухенным молоком	150/30	29,22	12,11	29,1	342,23
Компот из свежих яблов	200	0,16	0	14,99	60,64
Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	64,7
<b>Обед</b>					
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	4,89	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
Фрукты свежие					

Ежедневное меню на 19.05.2023

Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевые вещества (гр)			Эн.ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>					
каша гречневая вязкая на молоке	205	7,94	8,21	35,13	286,17
какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92
Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	64,7
<b>Итого за завтрак</b>		14,16	19,69	75,7	464,79
<b>Обед</b>					
Суп крестьянский с крупой	250	2,31	7,74	15,43	140,59
Колбаса вареная порциями	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