

## МЕНЮ

НА 01 апреля 2025

Наименование блюда	Выход 1 – 4/5 - 11	Ккал 1 – 4/5 - 11	Время приема пищи
<b>Завтрак</b>			
Каша пшеничная вязкая	200/250	280,31/350,95	07.00- 08.00
Масло сливочное	10/10	74,80/74,80	
Яйца вареные	1/1	48,91/49,46	
Какао с молоком	200/200	129,07/129,23	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/149,19	
Сок	200/200	91,33/91,36	
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>730,99/844,99</b>	
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/250	181,05/226,55	12.00 - -14.00.
Рыба, тушеная в томате с овощами	150/150	299,62/298,82	
Рис отварной	150/200	212,71/283,10	
Компот из сухофруктов	200/200	102,23/102,47	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/127,88	
Хлеб ржаной	80/120	146,85/220,28	
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>1049,03/1259,10</b>	
<b>Полдник</b>			
Печенье Домашние вафельки	64/64	265,50/265,50	09.30 -16.20.
Чай полусладкий	200/200	38,31/38,31	
Банан	166/166	160,31/160,32	
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>464,12/464,11</b>	
<b>Ужин</b>			
Салат из соленых огурцов с луком	100/100	61,60/62,76	18.00. - - 19.00
Гуляш	100/100	237,16/236,29	
Пюре картофельное	150/200	140,23/186,93	
Чай с сахаром	200/15	60,37/60,40	
Хлеб пшеничный	50/70	106,57/149,19	
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>605,93/695,57</b>	
<b>Ужин 2</b>			
Печенье Дарлинка	47/47	179,24/179,35	20.20
Йогурт 2,5%	200/200	90,41/90,26	
<b>Итого за прием пищи</b>		<b>269,65/269,61</b>	
<b>Всего за день</b>		<b>3119,72/3533,38</b>	