

МЕНЮ

НА 11 марта 2025

Наименование блюда	Выход 1 – 4/5 - 11	Ккал 1 – 4/5 - 11	Время приема пищи
Завтрак			
Каша пшеничная вязкая	200/250	280,63/351,14	07.00- 08.00
Масло сливочное	10/10	74,80/74,80	
Яйца вареные	1/1	49,46/49,46	
Какао с молоком	200/200	129,41/129,41	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/149,19	
Сок	200/200	91,35/91,35	
Итого за прием пищи:		732,22/845,35	
Обед			
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/250	181,31/226,37	12.00 - -14.00.
Рыба, тушеная в томате с овощами	150/150	286,80/287,14	
Рис отварной	150/200	212,11/283,10	
Компот из сухофруктов	200/200	102,37/102,39	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/127,88	
Хлеб ржаной	80/120	146,85/220,28	
Итого за прием пищи:		1036,01/1247,16	
Полдник			
Печенье Внучка	36/36	157,14/157,14	09.30 -16.20.
Печенье Чипенюхи	18/18	74,20/74,20	
Чай полусладкий	200/200	38,31/38,31	
Банан	183/183	175,49/175,37	
Итого за прием пищи:		358,87/358,92	
Ужин			
Салат из соленых огурцов с луком	100/100	61,60/61,60	18.00. - - 19.00
Гуляш	100/100	237,16/236,19	
Пюре картофельное	150/200	140,23/186,95	
Чай с сахаром	200/15	60,37/60,37	
Хлеб пшеничный	50/70	106,57/149,19	
Итого за прием пищи:		605,93/694,70	
Ужин 2			
Печенье Снежок	40/40	164,88/164,88	20.20
Йогурт 2,5%	200/200	90,41/90,30	
Итого за прием пищи		255,29/255,18	
Всего за день		3074,59/3487,41	