

| Меню на 8 Сентября 2025 г. | | | | | | День 1 - ый |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|
| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Витамин С |
| | | белки | жиры | угл-ды | Ккал | |
| Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным | 180/3 | 5,35 | 5,41 | 38,57 | 225,00 | 0,86 |
| Кофейный напиток с молоком | 180/6 | 2,85 | 2,41 | 5,99 | 42,67 | 1,17 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30/5 | 2,29 | 4,50 | 15,49 | 111,60 | |
| Итого: | 406 | 10,49 | 12,32 | 60,05 | 379,27 | 2,03 |
| 2 ЗАВТРАК | | | | | | |
| Фрукты свежие(яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 10,00 |
| Итого: | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 10,00 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат из зеленого горошка к/с | 50 | 1,49 | 2,59 | 3,13 | 41,8 | |
| Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками | 180/15 | 4,93 | 3,80 | 12,68 | 114,56 | 6,17 |
| Голубцы ленивые со сметанно-томатным соусом | 120/30 | 10,16 | 10,45 | 21,01 | 201,98 | 0,650 |
| Напиток из сухофруктов | 180 | 0,60 | 0,08 | 20,81 | 68,18 | 0,65 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,75 | 0,00 |
| Хлеб ржаной | 45 | 2,97 | 0,54 | 17,82 | 89,10 | |
| Итого: | 645 | 22,04 | 15,17 | 86,51 | 543,57 | 16,22 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Кисломолочный напиток | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,20 | 90,00 | 1,26 |
| Кондитерское изделие | 20 | 3,28 | 4,80 | 32,00 | 192,00 | |
| УЖИН | | | | | | |
| Котлеты рыбные | 70 | 8,54 | 5,43 | 10,26 | 124,56 | 0,22 |
| Пюре Картофельное | 140 | 2,86 | 4,48 | 19,08 | 128,10 | 16,95 |
| Чай с сахаром | 180/6 | 0,06 | 0,02 | 6,02 | 24,10 | 0,03 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 | 0,00 |
| Итого: | 626 | 22,24 | 19,47 | 89,32 | 629,26 | 18,46 |
| ВСЕГО: | 1777 | 55,18 | 47,36 | 245,68 | 1599,10 | 46,71 |

