

Меню на 22 декабря 2025 г

День 6

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вита мин С
		белки	жиры	угл-ды		
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	180/3	5,04	8,18	28,77	208,76	
Чай с молоком, сахаром	180/6	2,67	2,27	10,34	72,70	1,20
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,50	15,49	111,60	
Итого:	404	10,01	14,95	54,60	393,06	1,20
2 - ой ЗАВТРАК						
Сок	180	0,90		18,18	76,00	3,60
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,00	3,60
ОБЕД						
Салат из зеленого горошка к/с	50	1,49	2,59	3,13	41,8	
Рассольник ленинградский, со сметаной	180/7	1,63	4,71	8,88	88,56	6,16
Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе	50/25	6,23	6,46	7,36	112,50	0,38
Вермишель отварная	130	4,90	0,58	27,66	135,46	
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:	692	19,72	15,17	97,96	594,35	7,18
ПОЛДНИК						
Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	96,30	2,34
Кондитерское изделие	20	1,28	3,36	13,70	90,20	
УЖИН						
Сырники творожные с молоком сгущенным	120/30	23,92	21,47	25,23	390,40	
Напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	18,68	79,38	90
Итого:	536	31,03	29,58	66,25	656,28	92,34
ВСЕГО:	1812	61,66	59,70	237,00	1719,69	104,32