

Меню на 3 Декабря 2025				День 3 - ий			
Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С
			белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК							
Каша «Дружба» с молочной с маслом сливочным		180/3	5,34	8,40	29,46	215,85	0,86
Чай с молоком, сахаром		180/6	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38
Бутерброд с маслом сливочным		30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77	0,07
Итого:		409	12,68	13,77	56,01	419,33	1,45
2 - ой ЗАВТРАК							
Фрукты свежие		100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого:		100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
ОБЕД							
Салат из свежей капусты с морковью		60	0,84	3,05	5,41	54,44	19,47
Рассольник ленинградский на курином бульоне, со сметаной		180/7	2,99	8,01	25,60	198,54	6,11
Котлеты из мяса птицы с маслом сливочным		70/2	12,17	8,10	11,32	167,20	0,63
Гороховое пюре		130	11,79	2,96	30,29	196,94	
Напиток из сухофруктов		180	0,60	0,08	16,81	72	0,65
Хлеб ржаной		45	2,97	0,54	17,84	89,19	
Итого:		674	31,36	22,74	107,27	775,83	26,86
ПОЛДНИК							
Кисломолочный напиток		180	5,22	4,50	7,56	92,00	0,44
Сдоба обыкновенная		50	3,88	2,36	26,15	141	
УЖИН							
Омлет натуральный		150	13,94	24,83	2,64	289,66	0,28
Хлеб пшеничный		35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00
Напиток из шиповника		180/6	0,61	0,25	6,68	31,38	43,92
Итого:		551	26,31	32,22	60,25	636,29	44,65
ВСЕГО:		1734	71,85	69,23	244,5	1927,45	82,96

				3		
--	--	--	--	---	--	--

