

2 день

МЕНЮ 30.06.2026

Завтрак:

Наименование блюд	Масса Порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С
		белки	жиры	Угл-ды		
		сад	сад	сад		
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3	7,73	5,60	39,81	241,16	0,86
Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78	1,43
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,50	15,49	111,68	

2-ой Завтрак:

Сок	200	1,0	0,00	20,20	84,80	4,0
-----	-----	-----	------	-------	-------	-----

Обед:

Салат из моркови с сахаром	60	0,82	3,13	5,15	51,96	7,20
Борщ со свежей капустой, с картофелем на мясном бульене, со сметаной	180/7	1,48	4,59	8,12	85,97	7,71
Гуляш из отварной говядины	40/40					
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130/3	11,64	13,43	2,31	176,80	0,74
Кисель	180	7,62	4,16	34,47	205,27	0
Хлеб пшеничный	35					
Хлеб ржаной	45	0,54	0,09	16,18	75,24	0,99
		2,66	0,28	17,22	82,25	0,00
		2,97	0,54	17,84	89,19	

Полдник:

Кисломолочный напиток(ряженка)	180	5,22	,50	7,56	92,00	0,45
Кондитерское изделие(вафли)	20	0,75	6,10	12,50	108,50	0

Ужин:

Королевская ватрушка	120/30	18,44	10,96	58,36	404,00	
Чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83