

Меню на 8 Декабря 2025 г.					День 6	
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/3	5,45	5,30	29,08	186,30	1,05
Чай с молоком, сахаром	180/6	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,50	15,49	111,68	
Итого:		10,77	12,20	55,05	373,74	2,43
2 - ой ЗАВТРАК						
Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00
Итого:	200	1,00	0,000	20,20	84,80	4,00
ОБЕД						
Салат из кукурузы к/с	50	1,44	3,09	4,025	49,65	4,65
Суп вермишелевый с картофелем с куриными фрикадельками	180/10	4,93	3,80	12,68	114,56	6,18
Голубцы ленивые со сметанно-томатным соусом	120/30	10,16	10,45	21,01	201,98	0,65
Напиток из сухофруктов	180	0,60	0,08	16,81	71,52	0,65
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19	
Итого:	50	20,10	17,96	72,36	526,90	12,13
ПОЛДНИК						
Кисломолочный напиток(катык)	180	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45
Кондитерское изделие(печенье/ крекер)	40	3,00	3,92	29,76	166,80	0,28
УЖИН						
Омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66	0,28
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,31	58,81	0,0
Чай с сахаром ,с яблоком	180/6/10	0,11	0,06	6,99	28,70	1,03
Итого:		24,17	33,51	59,26	635,97	1,76
ВСЕГО:		56,04	63,67	206,87	1621,41	20,32

