



Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «07» июня 2024г.

(6 день)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Завтрак					
	Бутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
	Каша кукурузная молочная	180	6,90	10,19	31,91	197,30
	Блины с маслом сливочным	45/5	2,43	0,95	11,60	99,14
	Какао с молоком	200	4,08	3,81	7,60	78,60
	Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
	Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	Итого	620	18,46	24,42	93,84	654,64
2	2-й завтрак					
	Ряженка	200	5,80	5,00	8,40	102,00
	Итого	200	5,80	5,00	8,40	102,00
3	Обед					
	Помидоры свежие порционно	100	1,10	0,20	3,80	24,00
	Суп из овощей на курином бульоне, со сметаной	250/10	3,85	9,49	9,51	141,45
	Плов из отварных куриных грудок	250	16,52	19,80	52,80	443,33
	Нектар плодовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76,00
	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
	Итого	900	30,13	30,61	132,65	921,40
	Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00