



Гаделшина Э.И.

МЕНЮ на «07» июля 2025г.

(6 день)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность
1	Завтрак					
	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/5	6,54	6,83	42,11	255,00
	Блины с маслом сливочным	45/5	2,30	5,28	13,17	109,05
	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 высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	Итого	625	17,98	25,39	105,61	722,25
2	Обед					
	Помидоры свежие порционно	100	1,10	0,20	3,80	24,00
	Суп из овощей на курином бульоне, со сметаной	250/10	5,06	10,05	19,51	187,45
	Плов из отварных куриных	250	18,78	22,40	54,98	493,33
	Нектар фруктовый разливной	180	0,90	0,00	18,18	76,00
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
	Итого	890	32,94	33,65	140,87	997,60
3	Полдник					
	Ряженка	200	5,80	5,00	8,40	102,00
	Итого	200	5,80	5,00	8,40	102,00
	Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00