



Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «08» июня 2024г.

(7 день)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Завтрак					
	Бутерброд с сыром, с маслом	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10
	Сырники творожные	180/30	8,55	5,23	28,48	208,20
	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0,13	0,02	10,20	42,00
	Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
	Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	Итого	615	17,69	18,71	81,41	581,30
2	2-й завтрак					
	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
	Итого	200	5,80	5,00	9,60	107,00
3	Обед					
	Огурцы соленые (доп. гарнир)	50	0,40	0,05	0,85	5,00
	Суп гороховый с мясными фрикадельками и гренками	250/11/10	8,93	6,72	24,22	206,64
	Котлеты из говядины с маслом сливочным	100/3	16,87	15,56	16,49	244,78
	Картофель запеченный дольками	200	5,44	11,76	42,16	304,00
	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,80
	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
	Итого	934	40,06	35,30	154,12	1089,52
	Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00