



Гаделшина Э.И.

МЕНЮ на «11» июля 2025г.

(10 день)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Завтрак					
	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	180/5	6,40	6,74	40,26	247,54
	Пудинг творожный с повидлом	75/30	11,49	10,58	39,26	298,50
	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	2,35	0,87	15,42	78,60
	Итого	679	27,03	30,59	129,84	9047,24
2	Обед					
	Огурцы свежие порционно	100	0,80	0,10	2,50	14,00
	Рассольник ленинградский на мясном бульоне, со сметаной	250/10	3,58	15,89	19,34	236,45
	Бефстроганов из отварной говядины	50/50	14,44	12,25	3,78	181,00
	Спагетти отварные с маслом сливочным	180/5	6,83	4,43	38,37	220,56
	Компот из изюма и яблок	200	0,35	0,08	31,85	130,20
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
	Итого	945	33,10	33,75	140,24	998,71
3	Полдник					
	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
	Итого	200	5,80	5,00	9,60	107,00
	Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00