



Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «13» июня 2024г.

(10 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
	Пудинг из творога со сгущенным молоком	170/30	5,90	5,41	24,90	133,03
	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	50	3,75	1,45	25,70	131,00
	Итого	610	16,54	19,27	85,51	543,63
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 свежие	100	0,80	0,10	2,50	14,00
	Рассольник ленинградский на мясном бульоне, со сметаной	250/10	2,28	12,69	12,34	123,45
	Бефстроганов из отварной говядины	50/50	14,44	12,25	3,78	181,00
	Макаронные изделия 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 ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	118,00
	Итого	955	32,45	30,67	137,20	905,51
	Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00