



Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «17» июня 2024г.

(13 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 рисовая молочная с маслом сливочным	200/5	11,90	10,60	34,89	277,55
	Чай с молоком, с сахаром	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70
	Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
	Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	Итого	595	15,99	21,15	89,58	620,85
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					
	Помидоры свежие порционно	100	1,10	0,20	3,80	24,00
	Суп картофельный с горохом на курином бульоне, с мясом птицы	250/10	7,83	10,13	21,57	174,45
	Рыба запеченная с луком	100/10	14,03	13,03	4,82	196,83
	Пюре картофельное	200	4,09	6,40	27,25	183,00
	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	3,8	0,4	24,6	117,50
	Итого	980	35,47	31,41	127,84	907,38
	Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00