



Т.Н. Хайдукова

МЕНЮ на «18» июня 2024г.

(14 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
	Каша манная молочная с маслом сливочным	200/5	4,99	3,97	32,35	173,47
	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80
	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	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	Итого	650	23,15	25,84	82,96	645,97
2	2-й завтрак					
	Нектар плодовой	180	0,90	0,00	18,18	76,32
	Итого	180	0,90	0,00	18,18	76,32
3	Обед					
	Салат из свежих овощей	100	1,09	6,04	3,78	73,90
	Рассольник Домашний с куриными фрикадельками, со сметаной	250/11/10	5,85	8,05	15,93	193,36
	Котлеты «Аппетитные»	100	9,75	12,48	6,40	143,75
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/5	6,83	4,43	38,37	220,56
	Компот из изюма	200	0,66	0,09	22,03	92,80
	Хлеб ржаной	60	0,96	0,72	23,76	118,80
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,40	24,6	117,50
	Итого	966	31,63	32,20	130,71	942,07
	Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00