

Меню 17 июня 2025 г.

Прием пищи	Название блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность (ккал)	№ рецепт.
			Б	Ж	У		
ДЕНЬ 7							
ЗАВТРАК	Каша «Дружба» молочная	200.0	3.38	4.39	29.35	170.5	199
	Бутерброд с колбасой	30\25	5.57	5.8	14.8	135.3	9
	Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	14.36	91	414
ИТОГО		435	11.8	12.6	58.5	396.8	
2-ОЙ ЗАВТРАК	Сок	100	0.5		10.1	42.67	399
ОБЕД	С-т: из свежих овощей	50.0	0.49	3.07	1.86	31.7	41
	Суп картофельный	200.0	1.87	2.26	13.31	81	83
	Запеканка творожная с сметаной	180\20	18.57	21.7	10.87	244.6	251
	Компот из сухофруктов	180.0	0.479	0.029	29.96	126	394
	Хлеб ржаной	37.5	2.47	0.45	12.52	65.25	
ИТОГО		667.5	23.8	27.05	70.6	557.8	
ПОЛДНИК	Винегрет	100.0	1.36	6.17	8.44	94.8	46
	Печенье	20.0	4.1	2.3	3.2	94	151
	Хлеб пшеничный	30.0	2.37	0.3	14.49	71	
	Чай с сахаром	150	0.049	0.016	8.3	33.3	411
ИТОГО		300	7.87	8.78	34.43	293.1	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		1502.5	43.9	48.4	173.6	1290.3	

Меню
17 июня 2025 г.
ЯСЛИ

Прием пищи	Название блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность (ккал)	№ рецепт.
			Б	Ж	У		
ДЕНЬ 7							
ЗАВТРАК	Каша «Дружба»	150.0	2.5	3.3	22.01	127.87	199
	Бутерброд с колбаса	30\20	4.4	4.6	11.8	108.2	9
	Кофейный напиток с молоком	150	2.37	2.0	11.96	75.8	414
ИТОГО		350	9.2	9.9	45.77	311.8	
2-ОЙ ЗАВТРАК	Сок	100	0.5		10.1	42.37	399
ОБЕД	С-т: из свежих овощей	30.0	0.29	1.84	1.11	19.02	15
	Суп картофельный	150.0	1.4	1.69	9.98	67.75	83
	Запеканка творожная с сметаной	150/15	16.5	19.2	9.66	217.4	251
	Компот из сухофруктов	150.0	0.399	0.019	24.9	105	394
	Хлеб ржаной	26.2	1.72	0.31	8.74	45.58	
ИТОГО		511.2	20.26	22.78	55.58	460.3	
ПОЛДНИ К	Винегрет	80.0	1.08	4.93	6.75	75.8	46
	Печенье	20	4.1	2.3	3.2	94	151
	Хлеб пшеничный	20.0	1.58	0.2	9.66	47.3	
	Чай с сахаром	100	0.032	0.01	5.5	22.2	411
ИТОГО		220	6.79	7.44	25.11	239.3	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		1181.2	36.75	40.12	136.6	1054	