

МЕНЮ на 28.01.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, гр	Энергетическая ценность
День 7			
Завтрак	Запеканка из творога с соусом молочным (сладким)	200	372/30,45
	Бутерброд с маслом	30/5	119
	Кофейный напиток с молоком	200	93,33
Итого за завтрак		435	614,78
2 завтрак	Сок фруктовый/овощной	100	45
Обед	Свекла отварная	60	29,4
	Суп картофельный с бобовыми	250	133,25
	Голубцы ленивые с соусом	110	219/46,15
	Рис отварной	150	209,7
	Хлеб пшеничный	55	129,8
	Компот из сушеных фруктов	200	113,33
Итого за обед		825	880,63
Уплотненный полдник	Фрукты и ягоды свежие	100	44
	Кондитерское изделие готовое печенье/пряник	30	135
	Суп молочный с крупой	200	132,4
	Хлеб пшеничный	45	106,47
	Кисломолочный продукт	180	151,2
Итого за уплотненный полдник		555	569,07
Итого за день		1815	2064,48