

Меню на 22.07.2025 (Сад)



Исполнитель: ст. медсестра (В.Н.Костенко)
 Шеф-повар: ()

Блюдо	Выход, г	Эн. ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Омлет натуральный	150	182,48	11,48	13,24	4,69
Кофейный напиток с молоком	200	176,22	5,6	6,38	25,28
Бутерброд с маслом и сыром	47				
Каша гречн. с мас. раст.	140				
Чай с сахаром	200	49,28	12	3,06	13
Завтрак 2					
Яблоко	158				
Обед					
Помидор свежий	26				
Суп рисовый на мясном. бульоне	200	180	8,16	7,58	16,7
Котлета из говядины	62	171,32	14,25	9,44	6,11
Пюре картофельное	160	85,24	2,26	3,24	5,54
Суп рис. с маслом раст. на мясн. бул.	200	180	8,16	7,58	16,7
Картофель тушеный с гов. отв.	200	241,09	10,51	10,74	19,19
Хлеб ржаной	46	97,74	2,45	0,53	21,84
Компот из св. яблок	200	62,78	0,05		15,89
Полдник					
Кефир	138	73,69	3,66	4,18	5,36
Булка	30	81,51	2,63	0,97	16,75
Ужин 1					
Биточки рыбные	72	79,64	8	3,52	4,05
Каша пшеничная с маслом	135	91,27	4,55	5,82	14,2
Каша пшен. с масл. рас. и рыбой отв.	180	186,65	5,53	8,71	21,51
Булка	30	81,51	2,63	0,97	16,75
Чай с сахаром	200	49,28	12	3,06	13
Рекомендованный ужин 2					