

Меню (сад)

Дата: 17.02.2025

Суточн. потребление веществ

Б Ж У Энерг
ценн.

Выход
готовых
блюдов

Завтрак

Каша рисовая на сгущ. молоке	6,58	10,8 5	41,6 9	259, 30	180
Хлеб пшеничн. со сливоч. маслом	3,1 0,05	0,2 6,6	20,1 0,07	94,7 59,8	40\8
Кофейный напиток с молоком	0,32	1,6	17,9	42,4	180
ИТОГО:	10,0 5	19,2 5	79,7 8	456, 48	408
2ой завтрак (10-30) - Сок	0.5	0.0	11,7	47	100

Обед



ИТОГО:

Полдник

Салат из моркови	4,82	0,1	7,45	49,71	50
Суп картофельный на к/б	5,79	6,33	19,62	148,1	180
Капуста тушеная с курицей	11,6	8,29	10,6	237	200
Компот из кураги	1,04	0,0	26,96	107,44	180
Хлеб ржаной	2,91	0,29	20,75	159,58	50
ИТОГО:	26,16	15,01	85,38	701,8 3	660

Вафли

Молоко

ИТОГО:

Ужин

Соленый огурец	0,19	0,0	0,49	2,8	50
Картофель отвар.со слив масл.	1,56	3,17	21,1	123,5	140
Чай сладкий	0,1	0.0	13	32,4	200
Хлеб пшеничный	3,1	0,2	20,1	94,7	40
ИТОГО:	4,95	3,37	54,69	253,4	430
Итого за день:	49,7	55,53	277,02	1771,7 1	1848