

Меню
14 октября 2025 года

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки. г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша манная молочная	180	5,52	7,0	24,4	182,7
Какао на молоке	180	0,4	0,2	0,2	4,2
Хлеб пшеничный с маслом сливочным	30/10	2,6	4,4	18,2	126,1
Итого:	400	8,52	11,6	42,8	313,0
II завтрак					
Обед					
Горошек зеленый	40	1,6	0.1	3,2	19,4
Суп картофельный с курицей	180	2,1	2,02	13,8	82,2
Запеканка из печени с рисом	180	15,19	17.96	17.1	216.03
Компот из изюма и кураги	180	0	0	23,0	93,0
Хлеб ржаной	40	1,7	0,2	19,4	84,4
Итого:	620	20,59	20,28	76,5	495,03
Полдник					
Печенье	40	2,34	3,5	24,6	139,4
Ряженка	200	9,21	2,64	6,3	91,5
Итого:	240	11,55	6,14	30,9	230,9
Ужин					
Гороховое пюре	200	4,64	4.5	10,3	99,7
Чай с сахаром	200	0,32	-	16,0	66,3
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,6	14,2	64,3
Итого:	430	6,86	5,1	40,5	230,30