

Меню
15 октября 2025 года

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Творожная запеканка со сметанным соусом	180	1,5	5,3	11,3	101,0
Кофейный напиток на молоке	180	0,2	0	1,1	4,9
Хлеб пшеничный с маслом сливочным	30/10	2,6	4,4	18,2	126,1
Итого:	400	4,3	9,7	30,6	232,0
II завтрак					
Обед					
Свекольник с курицей и сметаной	180	2,8	3,4	10,7	79,92
Гуляш из курицы	60	4,28	11,5	4,46	157,1
Греча отварная	130	5,2	3,36	31,4	181,7
Сок грушевый	180	0	0	16,3	68,5
Хлеб ржаной	40	1,7	0,2	19,4	84,4
Итого:	590	13,98	18,46	82,26	571,62
Полдник					
Бутерброд с сыром	50	4,96	7,4	15,6	141,5
Чай с сахаром	200	0,31	0,11	16,2	66,2
Итого:	250	1,7	5,07	31,8	207,7
Ужин					
Каша пшеничная молочная	200	8,26	9,86	28,11	234,43
Чай с молоком	200	0,1	-	0,3	1,5
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,72	15,96	76,3
Итого:	430	10,64	10,58	44,37	312,23