

Меню
18 сентября 2025 года

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки. г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Омлет с маслом сливочным	150	7,8	7,0	0,4	95,7
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:	370	10,8	11,6	18,8	226,0
II завтрак					
Обед					
Свежий огурец	35	0,10	0	0,4	2,50
Суп – лапша с курицей	180	2,57	3,1	11,6	82,26
Овощное рагу с курицей	180	2,5	0,44	19,3	91,7
Компот из изюма и кураги	180	0	0	23,0	93,0
Хлеб ржаной	35	1,7	0,2	19,4	84,4
Итого:	610	6,87	3,74	73,7	356,36
Полдник					
Бутерброд с сыром	50	4,8	7,77	17,6	141,4
Кофейный напиток	200	0,2	0	7,9	32,0
Итого:	250	5,0	7,77	25,5	173,4
Ужин					
Каша манная молочная	200	2,6	4,2	32,9	177,4
Чай сладкий	200	0,32	-	16,0	66,3
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,6	14,2	64,3
Итого:	430	4,82	4,9	63,1	308,0