

Меню
16 марта 2026 года

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки. г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	5,54	8,88	24,02	201,22
Кофейный напиток	180	0,2	0	7,9	32,2
Хлеб пшеничный с маслом сливочным	30/10	2,6	4,4	18,2	126,1
Итого:	400	8,34	13,28	50,12	359,52
II завтрак					
Обед					
Сельдь с/с	40	7,1	7.1	1,6	99.2
Бульон куриный с гренками	180	6,5	6,4	0,7	85,30
Картофель тушеный с курицей	180	5,74	3,6	20,1	161,53
Компот из изюма и кураги	180	0,3	0,1	16,3	68,5
Хлеб ржаной	40	1,8	0,2	19,9	85,6
Итого:	620	21,44	17,4	58,6	500,13
Полдник					
Крекер	30	2,35	3,9	24,2	139,5
Бифидок	200	9,2	4,9	9,93	104,9
Итого:	230	9,0	9,8	47,13	313,4
Ужин					
Макароны, запеченные с яйцом	180	7.7	12.3	25,5	243,0
Чай с сахаром	200	0,1	-	16,0	66,3
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,6	14,2	64,3
Итого:	405	9,7	12,9	55,7	373,6