

Меню Сад

6 день (2 пн) на: 10.03.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Угле- воды	Ккал
Завтрак 1					
180	Каша рисовая жидкая на сгущенном молоке <i>Крупа рисовая, Молоко сгущенное с сахаром 8,5%, Сахар, Масло сливочное</i>	4,3	6,1	40,1	232,8
180	Чай с сахаром <i>Чай черный 1 сорт, Сахар (песок), Вода</i>	0,1	0,0	9,0	36,8
29 / 5	Бутерброд с маслом сливочным <i>Батон с добавлением йода, Масло сливочное Крестьянское</i>	2,2	4,2	14,9	107,1
Завтрак 2					
130	Яблоко свежее	0,5	0,5	11,6	52,4
Итого Завтрак		7	11	76	429
Обед					
180	Суп картофельный с клецками <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Масло растительное, Мука пшеничная, Яйцо куриное, Соль йодированная</i>	1,6	2,6	9,8	68,7
70	Котлеты из птицы <i>Тушка ЦБ, Масло сливочное, Сухари панировочные, Хлеб пшеничный</i>	11,0	10,3	10,8	181,3
130	Картофель отварной <i>Картофель, Масло сливочное</i>	2,5	3,4	19,1	117,0
180	Компот из сушеных фруктов <i>Сухофрукты-ассорти, Сахар (песок), Вода</i>	0,9	0,0	34,1	140,0
10	Хлеб пшеничный	0,7	0,1	4,7	22,7
20	Хлеб Окский	1,6	0,4	10,6	54,0
Итого обед		18	17	89	584
Полдник					
155	Вареники ленивые <i>Творог 5%, Масло сливочное Крестьянское, Мука пшеничная, Сахар-песок, Яйцо куриное</i>	27,2	9,9	23,4	292,8
180	Кофейный напиток <i>Кофейный напиток, Молоко 2,5%, Сахар-песок</i>	2,9	2,2	11,0	74,7
24	Хлеб белый пшеничный	1,8	0,2	11,9	56,9
Итого полдник		32	12	46	424
Ужин					
180	Кисель из сока (вишневого) <i>Сок вишневый, Крахмал картофельный весовой, Сахар-песок</i>	0,3	0,1	20,7	86,1
30	Хлеб Окский	2,5	0,7	15,8	81,0
Итого ужин		3	1	37	167
Итого за день		60	41	248	1604