

Меню

Сад

5 день (1 пт) на: 04.04.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Угле- воды	Ккал
Завтрак 1					
120 / 30	Гудинг из творога с соусом молочным <i>Творог, Изюм, Крупа манная, Сахар, Молоко 2,5%, Масло сливочное, Мука пшени, Сметана, Сухари паниров, Яйцо куриное.</i>	20,8	10,1	31,2	299,9
200	Какао с молоком <i>Какао порошок, Сахар (песок), Молоко, Вода</i>	3,6	2,8	16,4	105,6
30 / 5	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянским <i>Батон йодированный, Масло сливочное Крестьянское 72,5%</i>	2,3	4,3	15,5	109,7
11	Хлеб пшеничный	0,8	0,1	5,4	25,7
Завтрак 2					
140	Яблоко свежее	0,6	0,6	12,5	56,4
Итого Завтрак		28	18	81	597
Обед					
180	Суп-лапша домашняя <i>Мука пшеничная в/сорт, Яйцо куриное пищевое столовое, Лук репчатый, Лавровый лист, Соль йодированная, Масло подсолнечное</i>	1,9	3,7	9,1	77,4
70	Кнели куриные с рисом <i>Тушка ЦБ, Масло сливочное Крестьянское 72,5%, Молоко 2,5%, Рис 1 сорт,</i>	13,0	12,7	4,4	184,0
130	Картофель отварной <i>Картофель, Масло сливочное Крестьянское</i>	2,5	3,4	19,1	117,0
180	Компот из свежих плодов (яблоко) <i>Яблоки, Сахар (песок), Вода</i>	0,1	0,1	21,2	86,4
11	Хлеб пшеничный	0,8	0,1	5,4	25,7
10	Хлеб Окский	0,8	0,2	5,3	27,3
Итого обед		19	20	65	518
Полдник					
200	Каша вязкая геркулесовая молочная <i>Хлопья овсяные Геркулес, Молоко, Вода, Сахар (песок), Масло сливочное Крестьянское</i>	7,3	7,3	32,5	224,3
200	Чай с сахаром <i>Чай черный листовый, Сахар (песок), Вода.</i>	0,1	0,0	11,1	45,3
22	Хлеб пшеничный	1,7	0,2	10,8	51,4
30	Печенье	3,1	1,6	23,0	137,4
Итого полдник		12	9	77	458
Ужин					
189	Молоко кипяченое	5,1	4,2	8,3	91,2
40	Хлеб Окский	3,4	0,9	21,3	109,0
Итого ужин		9	5	30	200
Итого за день		68	52	253	1774