



06 февраля 2025
Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд

№ рецеп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (граммы)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
250	Пудинг из творога с рисом	180	26,5	17,89	34,07	403,2
пром	Сгущенное молоко	40	2,9	3,4	22,20	130,9
416	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107
3	Бутерброд с сыром	57	4	11,2	17,1	201,8
	Итого за прием пищи:	457	37,1	35,68	89,19	712
Второй завтрак						
400	Фрукты	143	0,45	0,42	10,5	72,6
		143	0,45	0,42	10,5	72,6
Обед						
82	Рассольник Ленинградский	200	1,6	4	13,2	96,6
439	Печень, тушённая в соусе	100	7,7	9,5	7,7	167,3
182	Каша гречневая вязкая	120	3,6	3,7	16,2	113
пром	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,25	12	58,7
пром	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	52,2
631	Компот из с/х	180	0,4	0,01	25	101,7
	Итого за прием пищи:	655	17,2	17,86	84,1	589,5
Полдник						
450	Булочка венская	60	1,7	5,6	29	182,6
419	Молоко кипяченое	195	5,93	5,28	9,82	110,5
	Итого за прием пищи:	255	7,63	10,88	38,82	301,36
Ужин						
237	Рагу из овощей	180	5,59	14,9	15,65	219,96
пром	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8
пром	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,15	7,2	35,25
412	Чай с сахаром	200	0	0	7,6	32,4
	Итого за прием пищи:	415	8,11	15,29	37,13	322,41
	ИТОГО:	1925	70,5	80,13	259,7	1997,87