



24 марта 2025

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

№ рецп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (граммы)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
199	Каша молочная пшеничная	200	4,4	4,06	26,99	162
3	Бутерброд с маслом	45	2,7	8,5	16,4	153
414	Кофейный напиток с молоком	180	29	2,4	14,4	91
		<b>425</b>	<b>36,1</b>	<b>14,96</b>	<b>57,79</b>	<b>406</b>
<b>Второй завтрак</b>						
пром	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
<b>Обед</b>						
88	Суп кс макаронными изделиями на к/б	200	2,15	2,27	13,7	83,8
322	Биточки рубленые из птицы	70	9,63	8,68	9,98	157
339	Пюре картофельное	140	2,9	3,7	18,5	112,5
пром	Хлеб ржаной	30	1,9	0,25	12	52,2
пром	Хлеб пшеничный	25	2	0,4	10	58,8
394	Компот из свежих фруктов	180	0,4	0,01	25	101,7
		<b>645</b>	<b>36,38</b>	<b>32,31</b>	<b>95,88</b>	<b>566</b>
<b>Полдник</b>						
пром	Кондитерское изделия	50	0,8	1,2	42,3	177
419	Молоко кипячённое	200	6,08	5,42	10,07	113,3
		<b>250</b>	<b>6,88</b>	<b>6,62</b>	<b>52,37</b>	<b>290,3</b>
<b>Ужин</b>						
252	Запеканка из творога с морковью	180	20,98	18,52	42,8	421,2
369	Соус молочный сладкий	50	0,97	2,25	6,62	50,75
227	Чай с сахаром	200	0	0	7,6	32,4
пром	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8
		<b>450</b>	<b>23,27</b>	<b>21,01</b>	<b>63,7</b>	<b>539,15</b>
	<b>ИТОГО:</b>	<b>1970</b>	<b>103,63</b>	<b>75,08</b>	<b>289,94</b>	<b>1893,45</b>