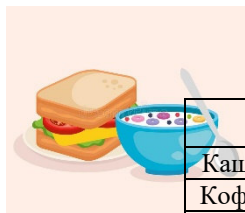


МЕНЮ

на 1 среда

Завтрак



| Наименование | Выход, г | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | Энергетическая ценность, ккал |
|--|----------|-----------|----------|--------------|-------------------------------|
| Каша пшеничная молочная | 200 | 7,78 | 7,3 | 40,26 | 257,88 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,90 | 3,84 | 17,66 | 120,84 |
| Масло коровье сладко сливочное несоленое | 5 | 0,04 | 4,13 | 0,04 | 37,44 |
| Батон нарезной | 20 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,6 |



Завтрак 2

| Наименование | Выход, г | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------|----------|-----------|----------|--------------|-------------------------------|
| Сок фруктовый в ассортименте | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 86,60 |

Обед



| Наименование | Выход, г | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | Энергетическая ценность, ккал |
|---|----------|-----------|----------|--------------|-------------------------------|
| Салат из свеклы с соленым огурцом | 60 | 0,82 | 4,85 | 4,59 | 65,35 |
| Щи из свежей капусты на курином бульоне | 200 | 1,6 | 3,04 | 6,74 | 60,7 |
| Биточки рубленые куриные | 70 | 11,65 | 10,74 | 9,41 | 180,92 |
| Изделия макаронные отварные | 150 | 5,52 | 4,35 | 35,25 | 202,38 |
| Соус красный основной | 30 | 0,41 | 1,18 | 1,86 | 18,7 |
| Компот из плодов свежих (лимон) | 200 | 0,13 | 0,01 | 22,40 | 90,22 |
| Хлеб из муки пшеничной первого сорта | 20 | 1,60 | 0,60 | 10,00 | 51,80 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,32 | 0,22 | 8,20 | 40,06 |

Полдник



| Наименование | Выход, г | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------|----------|-----------|----------|--------------|-------------------------------|
| Булочка «Домашняя» | 50 | 3,5 | 4,6 | 31,5 | 181,0 |
| Кисель | 200 | 0,11 | 0,04 | 24,45 | 98,60 |

Ужин



| Наименование | Выход, г | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------------------------|----------|-----------|----------|--------------|-------------------------------|
| Суфле из печени | 70 | 15,1 | 10,5 | 10,1 | 196 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,33 | 3,84 | 21,58 | 134,18 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,00 | 0,00 | 9,99 | 39,96 |
| Хлеб из муки пшеничной первого сорта | 20 | 1,60 | 0,60 | 10,00 | 51,80 |

| Наименование | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| Итого за день | 60,6 | 61,4 | 289,0 | 1938,9 |