



Меню на 09.06.2025г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	ккал

Завтрак

53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1
54-4з-2020	Каша гречневая	150	18,3	6,3	36	22,1
54-1о-2020	Курица отварная	90	28,9	2,2	1	240,5
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
Пром.	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,5
Пром.	Печенье	100	7,5	11,8	74,9	417
Итого за завтрак		680	51,80	31,6	146,2	945,2

Обед

54-17з-2020	Салат из моркови и чернослива	80	1,2	0,2	17,2	75,7
54-17с-2020	Суп гороховый	200	1,4	3,7	8,1	71,2
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8
54-5м-2020	Котлета из курицы	90	17,2	3,9	12	151,8
54-1соус-2020	Соус сметанный	50	0,7	4,1	1,6	46,5
54-32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,5
Пром.	Пастила	100	0,5	0	80,0	324
Итого за обед		930	30,8	18,2	188,9	1044,8

Полдник

54-13хн-2020	Сок	200	0,6	0,2	15,1	65,4
54-10в-2020	Булочка	100	7,8	6,7	50,8	294,8
Пром.	Пряник	35	2,1	1,6	26,3	128,1
Пром.	Йогурт	200	6,8	5	11	116,2
Итого за полдник		535	17,30	6,9	103,2	604,5
Итого за день		2145	61	99,9	438,3	2594,5