



Меню на 16.06.2025г.

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

Завтрак

54-25.1к-2020	Каша рисовая молочная	200	5,3	5,4	28,7	184,5
54-45гн-2020	Чай с сахаром	200	0,1	0	5,2	21,4
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,5
Пром.	Зефир	50	0,4	0,1	39,9	161,7
Пром.	Банан	130	2	0,7	27,3	122,9
Итого за завтрак		610	10,1	7,1	116,5	568,5

Обед

54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	1,5	6,1	6,2	85,8
155	Суп лапша с курицей	200	11,7	6,9	9,3	145,8
54-4г-2020	Гречка отварная	200	8,3	6,3	36	233,7
54-21м-2020	Курица отварная	90	28,9	2,2	1	139,3
Пром.	Кисель из смородины	200	0,2	0	12,3	50,5
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,5
Итого за обед		810	54,9	22,8	92,1	793,3

Полдник

54-2в-2020	Коржик молочный	50	3,3	4,9	26,2	162,5
Пром.	Апельсин	130	1,2	0,3	10,5	49,1
Пром.	Ряженка 2.5%	200	5,8	5	8,4	101,8
Пром.	Яблоко	170	0,7	0,7	16,7	75,5

Итого за полдник 550 11,0 10,9 61,8 388,9

Итого за день 1970 76 40,8 270,4 1750,7