

11.04.2025

Менюготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			белки	жиры	углеводы	
15 неделя	День 7		33,3/43,7	34,8/46,3	153,9/196,4	1060/1377,7
завтрак	Каши «Дружба» (рис, пшено)	150/200	4,7/5,5	4,9/6,7	24,0/25,8	159/186
	Бутерброд с маслом	15/5, 20/10	1,6/1,8	3,5/7,1	7,4/9,9	68/111
	Чай с лимоном	180/180	0,1/0,1	0,0/0,0	10,5/10,5	42/42
	Яблоко	130/160	0,1/0,1	0,4/0,4	17/21,3	70,8/89,0
10 ч			6,4/7,4	8,4/13,8	41,9/46,2	269/339
Итого						
обед	Суп из овощей с мясом	150/180	4,1/4,4	3,9/4,1	7,5/9,0	82/91
	Макароны отварные	110/130	2,2/2,9	1,7/2,2	22,5/29,0	114/147
	Тефтели мясные с овощами	60/80	8,1/10,8	10,9/11,1	7,7/9,4	161/181
	Нарезка из свеклы отварной	40/50	0,6/0,8	3,0/4,0	2,9/3,6	41/54
	Компот из сухофруктов	150/180	0,2/0,3	0,0/0,0	12,7/15,2	52/62
	Хлеб пшеничный	20/20	0,4/0,4	0,2/0,2	8,8/8,8	39/39
	Хлеб ржаной	30/40	0,7/0,9	0,4/0,5	11,3/15,1	52/69
	Итого		16,3/20,5	20,1/22,1	73,4/90,1	541/643
полдник	Булочка «Пермская»	50/50	2,3/2,3	4,3/4,3	25,5/25,5	150/150
	Йогурт	155/211	2,7/3,6	3,3/5,0	3,5/15,1	55/120
Итого			5,0/5,9	7,6/9,3	29/40,6	205/270
Всего			27,8/33,9	36,5/46,6	119,4/198,2	1085,8/1341

11.04.2025

Менюготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			белки	жиры	углеводы	
15 неделя	День 7		33,3/43,7	34,8/46,3	153,9/196,4	1060/1377,7
завтрак	Каши «Дружба» (рис, пшено)	150/200	4,7/5,5	4,9/6,7	24,0/25,8	159/186
	Бутерброд с маслом	15/5, 20/10	1,6/1,8	3,5/7,1	7,4/9,9	68/111
	Чай с лимоном	180/180	0,1/0,1	0,0/0,0	10,5/10,5	42/42
	Яблоко	130/160	0,1/0,1	0,4/0,4	17/21,3	70,8/89,0
10 ч			6,4/7,4	8,4/13,8	41,9/46,2	269/339
Итого						
обед	Суп из овощей с мясом	150/180	4,1/4,4	3,9/4,1	7,5/9,0	82/91
	Макароны отварные	110/130	2,2/2,9	1,7/2,2	22,5/29,0	114/147
	Тефтели мясные с овощами	60/80	8,1/10,8	10,9/11,1	7,7/9,4	161/181
	Нарезка из свеклы отварной	40/50	0,6/0,8	3,0/4,0	2,9/3,6	41/54
	Компот из сухофруктов	150/180	0,2/0,3	0,0/0,0	12,7/15,2	52/62
	Хлеб пшеничный	20/20	0,4/0,4	0,2/0,2	8,8/8,8	39/39
	Хлеб ржаной	30/40	0,7/0,9	0,4/0,5	11,3/15,1	52/69
	Итого		16,3/20,5	20,1/22,1	73,4/90,1	541/643
полдник	Булочка «Пермская»	50/50	2,3/2,3	4,3/4,3	25,5/25,5	150/150
	Йогурт	155/211	2,7/3,6	3,3/5,0	3,5/15,1	55/120
Итого			5,0/5,9	7,6/9,3	29/40,6	205/270
Всего			27,8/33,9	36,5/46,6	119,4/198,2	1085,8/1341