

МЕНЮ на 05.03.2025						
7-11 Диета			Химический состав			Энер.
ЗАВТРАК			белки	жиры	углев.	ккал
1.Картофельные оладьи	1/50	12,14	2,24	4,16	15,3	107,6
2. Запеканка творожная с ягодным соусом	200/70	114,01	12,56	9,92	14,6	197,92
3.Компот из сухофруктов	1/180	8,49	0,35	0	10,3	42,6
4. Хлеб ржаной	1/40	5,60	3,4	1,32	17	93,48
5.Яблоко	1/150	37,50	0,6	0,6	14,7	70,5
ИТОГО		177,74	19,15	16,00	71,90	512,10
ОБЕД						
1.Салат витаминный	1/60	11,61	0,6	8,82	3,13	94,42
2.Рассольник Домашний со сметаной	1/200	46,24	4,3	5,59	11,78	114,43
3..Кура тушеная в смет.соусе	50/50	48,58	12,7	6,14	2,96	117,94
4.Картофельное пюре	1/150	28,85	3,2	5,39	49,96	260,95
5.Кисель из кураги	1/200	28,79	1,0	0,06	27,72	111,5
7. Хлеб ржаной	1/50	7,00	4,3	1,65	21,25	116,85
ИТОГО		171,07	26,0	27,65	116,8	816,09
Полдник						
1.Салат картоф. с зел.горошком	1/60	17,44	0,82	3,66	7,65	66,82
2.Кефир	1/200	36,00	5,22	4,5	7,2	90,18
3.Хлеб ржаной	1/60	8,40	5,1	1,98	25,5	140,22
ИТОГО		53,44	9	10,14	40,35	297,22
Общая стоимость:		402,25	54,16	53,79	229,05	1 625,41
Калькулятор			Чаплинская Т.А			
Ответственный за питание			Перельгина Е.В.			