

### Меню на 05.12.2024 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Каша пшеничная молочная	200	148,56	7,41	9,47	23,11
Каша рассыпчатая гречневая с сахаром (диета)	130	482,46	12,03	13,27	78,89
Булка с маслом	40	10,88	1,96	6,04	11,69
Чай с сахаром	200	49,28	12	3,07	13
Завтрак 2					
Напиток витаминизированный	100	37,5			9,5
Обед					
Суп - лапша на курином бульоне	200	355,71	13,84	21,54	26,38
Суп овощной на курином бульоне (диета)	200	218,92	12,32	13,93	40,36
Картофель отварной (диета)	155	148,73	2,86	5,63	15,44
Картофельное пюре	165	234,91	4,68	8,86	34,12
Куриная котлета(паровая) (диета)	64	166,47	8,7	10,17	6,41
Куриная котлета(паровая)	68	188,18	9,84	11,5	7,24
Помидор соленый	35	7,2	0,4	0,04	1,27
Хлеб ржаной	39	89,6	2,25	0,35	18,8
Компот из сухофруктов	200	89,18	0,86		22,38
Полдник					
Кефир	180	89	5,16	4,45	7,12
Булочка "Домашняя"	80	187,12	3,59	5,8	30,18
Чай с сахаром (диета)	200	57,66	14,04	3,59	15,21
Ужин 1					
Суфле из печени	80	118,14	13,29	5,56	3,73
Салат "Витаминный"	70	67,18	1,21	5,24	3,64
Печеночные оладьи (диета)	60	104,8	12,42	4,99	3,06
Булка	35	90,11	2,79	0,43	17,88
Кофейный напиток	200	217,81	5,66	7,45	32,73