

Меню на 07.11.2024 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Омлет натуральный	105	114,86	6,04	7,09	3,58
Икра кабачковая	60	86,32	1,09	7,13	4,4
Каша пшеничная с сахаром (диета)	149	167,4	5,01	7,76	19,27
Булка с маслом	38	10,61	1,91	5,88	11,4
Кофейный напиток	200	50,09			12,53
Завтрак 2					
Напиток витаминизированный	180	48,75			12,35
Обед					
Суп овощной на курином бульоне (диета)	200	186,48	10,5	11,87	34,38
Суп манный с гречками на курином бульоне	200	176,35	5,02	12,77	10,24
Макаронные изделия отварные с маслом	116	424,91	11,92	8,05	76,07
Картофель отварной (диета)	136	130,51	2,51	4,94	13,55
Шницель из мяса птицы	75	196,44	11,88	13,03	6,38
Шницель из мяса птицы (диета)	80	201,48	12,18	13,36	6,54
Салат из белокочанной капусты и огурца	60	52,71	0,9	4,34	2,44
Хлеб ржаной	44	100,8	2,53	0,4	21,15
Кисель фруктовый	200	76,44	0,71		19,48
Лук репчатый	12	4,7	0,1		1,14
Полдник					
Кефир	171	85,5	4,96	4,28	6,84
Булочка "Московская"	70	197,74	4,82	4,62	34,17
Чай с сахаром (диета)	200	49,28	12	3,07	13
Ужин 1					
Котлета рыбная "любительская"(диета)	58	79,24	12,96	1,81	3,46
Котлета рыбная "любительская"	58	79,24	12,96	1,81	3,46
Салат из свеклы	50	52,5	0,86	3,4	4,6
Булка	25	64,37	1,99	0,31	12,77
Чай с сахаром	200	49,28	12	3,07	13