

Меню на 08.08.2024 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Омлет натуральный	100	101,73	5,35	6,28	3,17
Икра кабачковая	60	90,71	1,15	7,49	4,62
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	35,42			8,97
Обед					
Суп манный с гречками на курином бульоне	200	164,89	4,69	11,94	9,57
Макароны отварные с маслом	140	512,83	14,38	9,71	91,81
Куры отварные (порционные)	55	119,37	12,16	7,18	3,03
Салат "Витаминный"	54	49,02	0,88	3,83	2,66
Хлеб ржаной	47	105,28	2,64	0,41	22,09
Кисель фруктовый	180	46,41	0,44		11,83
Полдник					
Кефир	130	65,5	3,8	3,28	5,24
Булочка "Дорожная"	75	211,87	5,17	4,95	36,61
Ужин 1					
Каша молочная рисовая с маслом	200	109,9	1,22	4,06	17,17
Булка	40	100,41	3,11	0,48	19,92
Кофейный напиток	180	159,37	4,14	5,45	23,95