

Меню на 10.02.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Икра кабачковая	56	81,92	1,04	6,77	4,17
Омлет натуральный	105	177,47	8,52	16,59	1,72
Каша гречневая с сахаром (диета)	127	212,69	6,72	5,68	32,35
Вафли	44	227,91	1,76	13,09	26,84
Чай с сахаром	180	44,35	10,8	2,76	11,7
Завтрак 2					
Яблоко	114	50,16	0,46	0,46	11,17
Обед					
Суп с кл_цками на курином бульоне	200	130,23	5,81	1,96	19,27
Суп овощной на курином бульоне (диета)	200	237,16	13,35	15,09	43,72
Картофельное пюре	140	208,48	4,15	7,88	30,27
Картофель отварной (диета)	136	145,85	2,82	5,52	15,13
Мясо тушеное в собственном соку (диета)	70	165,72	6,51	13,84	2,96
Суфле из печени	106	246,22	17,4	13,48	11,05
Салат из квашеной капусты с луком	55	61,95	0,88	5,56	1,79
Хлеб ржаной	47	107,52	2,72	0,43	22,56
Компот из сухофруктов	180	89,72	0,87		22,51
Полдник					
Кефир	187	93,5	5,42	4,68	7,48
Булочка "Дорожная"	70	183,62	4,48	4,29	31,73
Чай с сахаром (диета)	180	44,35	10,8	2,76	11,7
Ужин 1					
Рис отварной с сахаром (диета)	139	169,12	4,18	4,48	29,35
Каша молочная манная	200	222,97	7,46	8,72	27,13
Булка	40	102,98	3,2	0,51	20,44
Кофейный напиток с молоком	180	161,92	5,5	5,94	20,78
Кофейный напиток (диета)	180	159,37	4,14	5,45	23,95