

Меню на 15.04.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Каша пшенная с сахаром (диета)	135	146,04	4,38	6,77	16,81
Каша молочная манная	200	237,2	7,94	9,28	28,86
Булка с сыром	46	128,92	3,61	5,77	14,12
Кофейный напиток с молоком	180	179,17	6,09	6,58	22,99
Кофейный напиток (диета)	180	159,37	4,14	5,45	23,95
Завтрак 2					
Сок фруктовый	196	89,18	0,84		22,71
Обед					
Борщ на мясном (свинина) бульоне (диета)	200	66,28	3,14	1,77	5,53
Борщ на мясном бульоне со сметаной	200	68,23	3,23	1,83	5,69
Плов с мясом свинины	163	268,28	8,7	11,64	22,06
Огурец соленый	32	4,22	0,26		0,51
Хлеб ржаной	49	112	2,83	0,45	23,5
Кисель фруктовый	180	81,9	0,77		20,87
Полдник					
Кефир	180	90	5,22	4,5	7,2
Сухарик с сахаром	35	63,81	1,57	1,85	10,03
Чай с сахаром (диета)	180	44,35	10,8	2,76	11,7
Ужин 1					
Котлета рыбная "любительская" (диета)	65	91,54	14,98	2,09	3,99
Котлета рыбная "любительская"	75	103,83	16,99	2,37	4,53
Салат из свеклы	65	69,3	1,13	4,49	6,07
Булка	40	102,98	3,2	0,51	20,44
Чай с сахаром	180	44,35	10,8	2,76	11,7