

### Меню на 15.05.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Каша гречневая с сахаром (диета)	132	223,51	7,06	5,97	34
Каша пшеничная молочная	200	121,3	6,05	7,73	18,87
Булка с маслом	47	131,77	3,69	5,9	14,43
Чай с сахаром	180	44,35	10,8	2,76	11,7
Завтрак 2					
Напиток витаминизированный	150	46,67			11,82
Обед					
Суп - лапша на курином бульоне	200	93,18	2,39	2,52	15,25
Суп овощной на курином бульоне (диета)	200	249,32	14,03	15,87	45,97
Картофельное пюре	165	229,32	4,57	8,67	33,29
Картофель отварной (диета)	170	163,12	3,15	6,17	16,92
Котлета куриная(паровая) (диета)	75	171,29	8,96	10,47	6,59
Котлета куриная(паровая)	68	162,18	11,17	8,25	10,91
Огурец соленый	30	3,96	0,24		0,48
Хлеб ржаной	42	96,32	2,42	0,38	20,21
Кисель фруктовый	180	73,71	0,69		18,78
Полдник					
Кефир	167	83,5	4,84	4,18	6,68
Булочка "Домашняя"	70	200,57	4,89	4,69	34,66
Чай с сахаром (диета)	180	44,35	10,8	2,76	11,7
Ужин 1					
Рыбная запеканка	75	99,48	10,32	5,28	2,79
Каша геркулесовая с яблоками (диета)	160	148,99	5,58	6,44	28,25
Икра свекольная	60	52,28	0,89	1,97	5,54
Булка	41	108,13	3,36	0,54	21,46
Кофейный напиток	180	159,37	4,14	5,45	23,95