

Меню на 16.05.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Омлет натуральный	110	210,27	10,09	19,65	2,03
Рис отварной с сахаром (диета)	156	177,3	4,38	4,7	30,77
Икра кабачковая	50	74,6	0,94	6,16	3,8
Булка с маслом	41	11,7	2,1	6,49	12,57
Кофейный напиток с молоком	180	181,08	6,15	6,65	23,24
Кофейный напиток (диета)	180	159,37	4,14	5,45	23,95
Завтрак 2					
Яблоко	97	42,68	0,39	0,39	9,51
Обед					
Суп овощной на курином бульоне (диета)	200	188,51	10,61	12	34,75
Суп манный с гренками на курином бульоне	200	167,53	4,77	12,13	9,73
Макароны отварные с маслом	118	406,52	11,4	7,69	72,77
Картофель отварной (диета)	120	115,14	2,22	4,36	11,94
Шницель из мяса птицы (диета)	68	178,82	10,81	11,86	5,8
Шницель из мяса птицы	65	181,33	10,96	12,03	5,88
Салат "Витаминный"	70	64,46	1,16	5,03	3,49
Хлеб ржаной	45	103,04	2,59	0,4	21,62
Компот из сухофруктов	180	96,7	0,94		24,26
Полдник					
Молоко кипяченое	190	113,4	5,48	6,05	8,88
Пряник	35	149,08	2,73	5,6	21,91
Чай с сахаром (диета)	180	44,35	10,8	2,76	11,7
Ужин 1					
Сырники из творога	125	247,69	20,1	3,89	33,09
Каша пшенная с сахаром (диета)	164	171,88	5,15	7,97	19,78
Соус сметанный	38	32,11	1,71	13,49	8,17
Чай с сахаром	180	44,35	10,8	2,76	11,7