

Меню на 29.04.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Каша пшенная с сахаром (диета)	132	140,42	4,21	6,51	16,16
Каша молочная манная	200	315,48	10,56	12,34	38,38
Булка с сыром	44	123,19	3,45	5,51	13,49
Кофейный напиток с молоком	180	236,65	8,04	8,69	30,37
Чай с сахаром (диета)	180	44,35	10,8	2,76	11,7
Завтрак 2					
Сок фруктовый	198	90,09	0,85		22,95
Обед					
Борщ на мясном бульоне (диета)	200	55,88	2,65	1,5	4,66
Борщ на мясном бульоне со сметаной	200	56,53	2,68	1,51	4,72
Плов с мясом свинины	170	246,88	8	10,71	20,3
Огурец соленый	42	5,54	0,34		0,67
Хлеб ржаной	41	94,08	2,38	0,38	19,74
Кисель фруктовый	180	59,15	0,56		15,07
Полдник					
Кефир	155	77,5	4,49	3,88	6,2
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)	60	77,88	12,74	1,78	3,4
Котлета рыбная "любительская"	70	90,17	14,75	2,05	3,94
Салат из свеклы	56	58,8	0,96	3,81	5,15
Булка	39	102,98	3,2	0,51	20,44
Чай с сахаром	180	44,35	10,8	2,76	11,7