

Меню на 30.04.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Запеканка из творога	115	194,99	16,65	6,89	16,57
Рис отварной с сахаром (диета)	139	165,03	4,08	4,37	28,64
Соус сметанный	31	26,19	1,39	11,01	6,66
Булка с маслом	44	123,18	3,45	5,51	13,49
Какао с молоком	180	54,49	0,25	0,17	12,97
Чай с сахаром (диета)	180	25,62	6,24	1,59	6,76
Завтрак 2					
Сок фруктовый	196	89,18	0,84		22,71
Обед					
Суп овощной на мясном бульоне (диета)	200	164,19	9,24	10,45	30,27
Рассольник ленинградский на мясном бульоне	200	103,7	1,69	4,28	14,38
Каша пшенная с растительным маслом (диета)	137	137,05	4,11	6,35	15,78
Каша пшенная с маслом	137	139,28	4,18	6,46	16,03
Шницель из свинины (диета)	65	156,15	9,44	10,35	5,07
Рулет мясной с яйцом	75	60,97	7,32	3,75	4,22
Помидор соленый	56	11,2	0,63	0,07	1,97
Хлеб ржаной	41	94,08	2,38	0,38	19,74
Компот из сухофруктов	180	61,78	0,6		15,5
Полдник					
Молоко кипяченое	176	105,6	5,1	5,63	8,27
Гренка с сыром	40	180,7	6,4	6,53	24,11
Чай с сахаром (диета)	180	34,25	8,34	2,13	9,03
Ужин 1					
Каша гречневая с сахаром (диета)	129	223,51	7,06	5,97	34
Каша пшеничная молочная	200	130,84	6,53	8,34	20,35
Булка	38	100,41	3,12	0,5	19,93
Чай с сахаром	180	32,03	7,8	1,99	8,45