

14 Мая 2025г.

Меню

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	440	357.5
25-Омлет натуральный	150	200.17
25-Зеленый горошек или кукуруза консерви	50	
25-Какао с молоком	200	63.57
25-Хлеб пшеничный	40	93.76
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	130	66.17
25- Кисломолочный напиток 100/130	130	66.17
ОБЕД	740	738.06
25-Овощи натуральные соленые или свежие	50	5.45
25- Суп картофельный с макаронными издел	200	118.85
25-Гуляш (из птицы)	70	261.22
25-Картофельное пюре	150	137.76
25-Лимонный напиток	200	70.50
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	50	97.40
ПОЛДНИК	205	266.2
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	64.95
25-Кондитерские изделия	55	201.25
УЖИН	465	539.51
25-Запеканка из творога	150	412.11
25-Молоко сгущенное	15	44.13
25-Чай с молоком	200	38.87
25-Плоды свежие	100	44.40

Итого калорийность: 1967.44 Ккал.