

МЕНЮ на 30.01.2025

наименование блюда	масса	ккал
ЗАВТРАК		
Каша молочная пшенная жидкая	150/180	125,2/150,4
Кофейный напиток с молоком	180/200	77,4/86
Хлеб пшеничный с маслом	30/5 40/10	105,2/127,6
Итого:	365/430	307,8/364
2 – ой ЗАВТРАК		
Сок яблочный-виноградный	150/180	75,01/90,1
Итого:	150/180	75,01/90,1
ОБЕД		
Суп картофельный на к/б со сметаной	180/210	95/110,9
Капуста тушеная с мясом кур	160/200	161,62/187,5
Компот из с/ф с вит С	150/200	50,6/103,31
Хлеб ржаной	40/50	75,4/94,25
Итого:	530/660	385,2/495,96
ПОЛДНИК		
Молоко кипяченое	180/220	103,3/150,8
Хлеб пшеничный	20/30	60,2/64,2
Итого:	200/250	163,5/215
УЖИН		
Тефтели рыбные	60/110	164,3/301,25
Яйцо	40 -	59,6
Икра кабачковая	60/90	54/119,2
Чай сахаром	210	20,1
Хлеб пшеничный	30/40	60,2/64,2
Итого:	400/490	358,2/558,75
соль поваренная пищевая йодированная 3/5		
Итого за день ккал		1289,71/1723,81

Ответственный Е.С. Антонова Антонова Е.С.