



Меню «27» Апреля 2024г.

Завтрак		
Каша молочная пшенная жидкая	120/200гр	120/183ккал
Кофейный напиток с молоком	150/200гр	67/90ккал
Бутерброд с маслом	25/35гр	72/108 ккал
Итого		259/381 ккал
2-й Завтрак		
Яблоко	150/150гр	96/96 ккал
Итого		96/96 ккал
Обед		
Свекольник	150/200гр	60/101 ккал
Плов из отварной говядины	150/200гр	240/352ккал
Компот из кураги	150/200гр	67/90 ккал
Хлеб пшеничный	20/30гр	46/72 ккал
Хлеб бородинский	20/30гр	40/61 ккал
Итого		453/676ккал
Полдник		
Молоко кипяченое	150/200гр	90/108 ккал
Печенье овсяное	40/40гр	126/126 ккал
Итого		216/216ккал
Ужин		
Макаронник с мясом	120/145гр	266/293 ккал
Соус томатный	30/50гр	19/32 ккал
Чай с сахаром	150/200гр	45/61ккал
Хлеб пшеничный	20/20гр	47/47 ккал
Итого		377/433 ккал
Итого за день		1401/1802 ккал



Меню «27» Апреля 2024г.

Завтрак		
Каша безмолочная пшеничная жидкая	150/170гр	102/116 ккал
Чай с сахаром	150/200гр	45/61 ккал
Батон	25/35гр	78/118 ккал
	Итого	225/295 ккал
2-й Завтрак		
Яблоко	150/150гр	96/96 ккал
	Итого	96/96 ккал
Обед		
Свекольник	150/200гр	60/101 ккал
Плов из отварной говядины	150/200гр	240/352ккал
Компот из кураги	150/200гр	67/90 ккал
Хлеб пшеничный	20/30гр	46/72 ккал
Хлеб бородинский	20/30гр	40/61 ккал
	Итого	453/676ккал
Полдник		
Чай с сахаром	150/200гр	90/108 ккал
Печенье овсяное	40/40гр	126/126 ккал
	Итого	216/234ккал
Ужин		
Макаронник с мясом	120/145гр	266/293 ккал
Соус томатный	30/50гр	19/32 ккал
Чай с сахаром	150/200гр	45/61ккал
Хлеб пшеничный	20/20гр	47/47 ккал
	Итого	377/433 ккал
Итого за день		1367/1734ккал



Меню «27» Апреля 2024г.

Завтрак		
Каша безмолочная пшеничная жидкая	150/170гр	102/116 ккал
Чай с сахаром	150/200гр	45/61 ккал
Батон	25/35гр	78/118 ккал
	Итого	225/295 ккал
2-й Завтрак		
Яблоко	150/150гр	96/96 ккал
	Итого	96/96 ккал
Обед		
Свекольник	150/200гр	60/101 ккал
Плов из отварной говядины	150/200гр	240/352 ккал
Компот из кураги	150/200гр	67/90 ккал
Хлеб пшеничный	20/30гр	46/72 ккал
Хлеб бородинский	20/30гр	40/61 ккал
	Итого	453/676 ккал
Полдник		
Чай с сахаром	150/200гр	90/108 ккал
Печенье овсяное	40/40гр	126/126 ккал
	Итого	216/234 ккал
Ужин		
Макаронник с мясом	120/145гр	266/293 ккал
Соус томатный	30/50гр	19/32 ккал
Чай с сахаром	150/200гр	45/61 ккал
Хлеб пшеничный	20/20гр	47/47 ккал
	Итого	377/433 ккал
Итого за день		1367/1734 ккал