

МЕНЮ
6 ДЕНЬ

«16»

05

20

22 Г



ЗАВТРАК

| № | Наименование блюда | Выход д\с | Белки | Жиры | Угледо ды | Калории |
|---|---|--------------|-------|------|--------------|---------|
| 1 | Каша жидкая манная на сгущенном молоке с маслом сливочным | 200 | 5,97 | 6,49 | 51,83 | 289,76 |
| 2 | Чай с лимоном | 180/8/10 | 0,12 | 0,02 | 10,2 | 41 |
| 3 | Батон нарезной | 30 | 1,19 | 0,15 | 7,27 | 35,02 |
| 4 | Масло сливочное | 10 | 0,12 | 8,2 | 12,04 | 47,1 |

2 ЗАВТРАК

| | | | | | | |
|---|-----------------------|-----|------|------|-------|------|
| 1 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,35 | 3,75 | 6,3 | 76 |
| 2 | Кондитерские изделия | 13 | 2,12 | 0,26 | 14,76 | 62,1 |

ОБЕД

| | | | | | | |
|---|---|-----|-------|------|-------|--------|
| 1 | Щи из свежей капусты вегетарианский | 180 | 1,21 | 2,83 | 5,27 | 51,37 |
| 2 | Макаронник с мясом или печенью | 150 | 13,96 | 9,94 | 32,8 | 276,45 |
| 3 | Кисель из кураги | 180 | 0,8 | 0,05 | 25,73 | 106,56 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,98 | 0,25 | 12,08 | 58,33 |
| 5 | Хлеб ржаной | 45 | 2,97 | 0,54 | 15,03 | 78,3 |
| 6 | Салат овощной /овоци свежие/икра овощная | 60 | 0,95 | 3,07 | 7,26 | 60,4 |

УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК

| | | | | | | |
|---|---------------------------------|-----|-------|------|-------|--------|
| 1 | Творожно-пшеничная запеканка | 150 | 11,53 | 5,3 | 13,3 | 145,7 |
| 2 | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 |
| 3 | Батон нарезной | 30 | 1,19 | 0,15 | 7,27 | 35,02 |
| 4 | Фрукт свежий | 120 | 1,38 | 0,46 | 25,8 | 103,05 |

| | | | | | |
|--------------------------|--|-------|-------|--------|---------|
| Итого за шестой день сад | | 56,06 | 46,97 | 275,61 | 1875,99 |
|--------------------------|--|-------|-------|--------|---------|