

Меню 1-3 г. на 20.01.2025 г.	Выход готовых блюдов	Калорийность	Меню 3-7 г. на 20.01.2025 г.	Выход готовых блюдов	Калорийность
Завтрак			Завтрак		
Каша рисовая молочная жидкая	150	154,2	Каша рисовая молочная жидкая	200	199,5
Кофейный напиток с молоком	150	87,9	Кофейный напиток с молоком	200	112,1
Хлеб пшеничный	20	45,2	Хлеб пшеничный	30	67,8
Масло сливочное	5	37,4	Масло сливочное	7	52,4
Второй завтрак			Второй завтрак		
Сок фруктовый	150	70,5	Сок фруктовый	185	87
Обед			Обед		
Салат из моркови	30	33,5	Салат из моркови	50	56,1
Суп на м/к.б. гороховый	150	120,1	Суп на м/к.б. гороховый	180	155,7
Котлета из говядины	50	156,2	Котлета из говядины	70	218,9
Капуста тушёная	110	98,3	Капуста тушёная	130	116,5
Компот из сухофруктов	150	106,3	Компот из сухофруктов	200	127,6
Хлеб ржаной	30	54,3	Хлеб ржаной	50	77,8
Полдник			Полдник		
Суп молочный с макаронными изделиями	150	104,2	Суп молочный с макаронными изделиями	200	143,9
Кисель из концентрата	150	142,5	Кисель из концентрата	200	190,1
Хлеб пшеничный	20	45,2	Хлеб пшеничный	30	67,8
Всего за день калорий:		1256	Всего за день калорий:		1673