

Меню 1-3 г. на 28.05.2025 г.	Выход готовых блюد	Б	Ж	У	Ккалл	Меню 3-7 г. на 28.05.2025 г.	Выход готовых блюд	Б	Ж	У	Ккалл
Завтрак						Завтрак					
Каша манная жидкая молочная	150	5,43	5,70	19,84	153,8	Каша манная жидкая молочная	200	6,74	7,37	24,43	192,5
Чай с сахаром	150	0,01	0,02	10,01	38,6	Чай с сахаром	200	0,01	0,03	12,02	46,3
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	45,2	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	67,8
Сыр	15	3,99	4,07	0,0	50,6	Сыр	20	5,32	5,43	0,0	67,4
Второй завтрак						Второй завтрак					
Сок фруктовый	150	0,06	0,03	10,19	70,5	Сок фруктовый	195	0,72	0,0	20,7	91,7
Обед						Обед					
Суп картофельный с крупой на м/к б. со сметаной	150	4,59	4,98	13,44	115,1	Суп картофельный с крупой на м/к б. со сметаной	180	5,91	6,79	16,04	146,7
Голубцы ленивые	60	5,97	6,31	4,05	96,9	Голубцы ленивые	70	6,86	7,38	4,73	112,8
Макаронные изделия отварные	110	4,03	3,43	26,83	156,7	Макаронные изделия отварные	130	4,76	4,09	31,71	185,5
Компот из свежих яблок	150	0,09	0,09	17,13	67,2	Компот из свежих яблок	200	0,10	0,10	22,51	88
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,26	54,3	Хлеб ржаной	43	2,84	0,52	14,71	77,8
Полдник						Полдник					
Пирожок с изюмом	60	5,25	5,72	38,85	222,9	Пирожок с изюмом	75	6,34	7,19	48,51	277,9
Молоко	150	4,50	4,80	7,05	90	Молоко	180	5,40	5,76	8,46	108
Всего за день калорий:		38	36	177	1175	Всего за день калорий:		47	45	222	1485