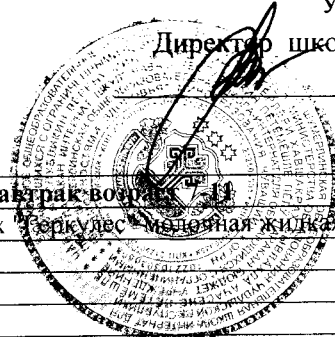


МЕНЮ 06.03.2024

3 день



Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	
6,4	8,8	24,9	207,5	200	Завтрак возраст 7-11
3,70	2,90	27,10	127,30	200	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая
7,50	2,90	61,40	295,50	100	Какао с молоком
0,07	7,80	0,10	70,90	10	Батон нарезной
5,50	6,90	-	86,40	24	Масло сливочное
1,20	0,30	14,20	70,00	150	Сыр
					Фрукты в ассортименте
Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	Завтрак возраст 12-18
8,00	11,00	31,10	259,30	250	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая
3,70	2,90	27,10	127,30	200	Какао с молоком
7,50	2,90	61,40	295,50	100	Батон нарезной
0,07	7,80	0,10	70,90	10	Масло сливочное
5,50	6,90	-	86,40	24	Сыр
1,20	0,30	14,20	70,00	150	Фрукты в ассортименте

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	Обед возраст 7-11
1,12	0,10	3,50	20,00	100	Овощи натуральные соленые
14,40	11,10	12,10	199,10	250/20	Суп картофельный с мясными фрикадельками
6,80	15,46	8,79	203,00	80	Котлеты из свинины с соусом
4,40	6,20	11,20	171,80	200	Картофельное пюре
1,00	0,20	20,20	86,20	200	Сок фруктовый
9,90	1,65	61,50	309,00	150	Хлеб ржано-пшеничный
Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	Обед возраст 12-18
1,12	0,10	3,50	20,00	100	Овощи натуральные соленые
14,40	11,10	12,10	199,10	250/20	Суп картофельный с мясными фрикадельками
6,80	15,46	8,79	203,00	80	Котлеты из свинины с соусом
5,50	7,70	14,00	214,70	250	Картофельное пюре
1,00	0,20	20,20	86,20	200	Сок фруктовый
9,90	1,65	61,50	309,00	150	Хлеб ржано-пшеничный

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	Полдник возраст 7-11
0,00	0,00	14,9	56,80	200	Чай с сахаром
1,00	0,80	21,60	91,20	20	Конд.изд.
Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	Полдник возраст 12-18
0,00	0,00	14,9	56,80	200	Чай с сахаром
1,00	0,80	21,60	91,20	20	Конд.изд.

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	Ужин возраст 7-11
1,80	12,00	9,60	149,02	120	Винегрет
15,60	6,00	4,80	147,20	75/50	Рыба отварная, запеченная в сметанном соусе
5,85	8,1	31,2	229,65	150	Макароны, отварные с маслом
0,08	0,00	37,60	148,40	200	Кисель из концентрата
7,50	2,90	61,40	295,50	100	Батон нарезной
0,07	7,80	0,10	70,90	10	Масло сливочное
Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	Ужин возраст 12-18
1,80	12,00	9,60	149,02	120	Винегрет
15,60	6,00	4,80	147,20	75/50	Рыба отварная, запеченная в сметанном соусе
7,80	10,80	41,60	306,20	200	Макароны, отварные с маслом
0,08	0,00	37,60	148,40	200	Кисель из концентрата
7,50	2,90	61,40	295,50	100	Батон нарезной
0,07	7,80	0,10	70,90	10	Масло сливочное

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	II ужин возраст 7-11
6,00	5,00	22,00	158,00	200	Йогурт
1,20	0,30	14,20	70,00	150	Фрукты в ассортименте
Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	II ужин возраст 12-18
6,00	5,00	22,00	158,00	200	Йогурт
1,20	0,30	14,20	70,00	150	Фрукты в ассортименте