

МЕНЮ 20.04.2024

6 день

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	
6,4	8,8	24,9	207,5	200	Завтрак возраст 7-11 Каша из пшена и риса молочная жидкая «Дружба»
3,70	2,90	27,10	127,30	200	Какао с молоком
7,50	2,90	61,40	295,50	100	Батон нарезной
0,10	7,80	0,10	70,90	10	Масло сливочное
5,5	6,9	-	86,4	24	Сыр
1,12	0,28	13,25	65,33	140	Фрукты в ассортименте
Белки	Жиры	Углевод ы	Калории	Выход	Завтрак возраст 12-18
8,00	11,00	31,20	259,30	250	Каша из пшена и риса молочная жидкая «Дружба»
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
1,12	0,28	13,25	65,33	140	Фрукты в ассортименте

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	
1,12	0,10	3,50	20,00	100	Обед возраст 7-11 Овощи натуральные соленые
10,00	6,90	20,30	183,30	250/10	Суп картофельный с бобовыми
14,10	33,70	18,90	437,70	200	Жаркое по- домашнему из свинины
7,60	7,60	17,80	69,20	200	Компот из свежих плодов
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
10,00	6,90	20,30	183,30	250/10	Суп картофельный с бобовыми
17,60	42,10	23,68	547,10	250	Жаркое по- домашнему из свинины
7,60	7,60	17,80	69,20	200	Компот из свежих плодов
9,90	1,65	61,50	309,00	150	Хлеб ржано-пшеничный

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	
0,00	0,00	14,9	56,80	200	Полдник возраст 7-11 Чай с сахаром
2,10	0,30	14,30	67,90	20	Печенье
Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	Полдник возраст 12-18
0,00	0,00	14,9	56,80	200	Чай с сахаром
2,10	0,30	14,30	67,90	20	Печенье

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	
2,40	7,60	13,00	132,00	100	Ужин возраст 7-11 Икра свекольная или морковная
11,52	8,9	52,71	314,7	200	Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком
1,00	0,20	20,20	86,20	200	Сок фруктовый
0,07	7,80	0,10	70,90	10	Масло сливочное
7,50	2,90	61,40	295,50	100	Батон нарезной
Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	Ужин возраст 12-18
2,40	7,60	13,00	132,00	100	Икра свекольная или морковная
13,82	10,68	79,06	472,00	240	Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком
1,00	0,20	20,20	86,20	200	Сок фруктовый
0,07	7,80	0,10	70,90	10	Масло сливочное
7,50	2,90	61,40	295,50	100	Батон нарезной

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	
6,00	5,00	22,00	158,00	200	II ужин возраст 7-11 Йогурт
6,80	8,80	41,80	264,10	100	Оладьи
1,12	0,28	13,25	65,33	140	Фрукты в ассортименте

Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Выход	
6,00	5,00	22,00	158,00	200	II ужин возраст 12-18 Йогурт
6,80	8,80	41,80	264,10	100	Оладьи
1,12	0,28	13,25	65,33	140	Фрукты в ассортименте