

Меню

Дата: 04.06.2026

№ рец	Наименование блюд	7-11 лет						С (мг)
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал		
4 день								
Завтрак:								
173	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом сливочным	200/5	8,17	9,2	23,64	179,4	2,95	
378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	109,28	1,33	
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	
15	Сыр порциями	15	3,64	4,72	0	94,7	0,14	
581	Кондитерское изделие (пряник)	60	2,5	2,88	24,64	109	10	
	Вода бутилированная	500						
Итого завтрак:			18,18	18,45	78,67	562,53	14,42	
Обед:								
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	1,58	6,72	22,54	147	8,54	
171	Каша пшенная рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	6,8	7,9	30,02	209,8	0	
279	Тефтели говяжьи с соусом сметанным с томатом	60/30	11,95	8,95	11,33	170,4	10,49	
574	Хлеб дарницкий	20	1,13	0,23	9,87	45,97	0	
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73	
Итого обед:			24,47	25,60	110,85	776,12	19,76	
Полдник:								
459	Чай с яблоком, с сахаром	175/15/10	0,13	0,08	16,47	67,05	1,53	
252	Булочка молочная	100	8,2	8,3	23,6	202	5,2	
Итого полдник:			8,33	8,38	40,07	269,05	6,73	
ИТОГО:			50,98	52,43	229,59	1607,70	40,91	

