



# МЕНЮ

18 декабря 2024 г.

сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,09	7,04	20,09	169,06
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	1,35	4,07	16,15	106,57
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,40	4,66	19,11	137,12
ЧАЙ (аллергики)	180	0,06	0,00	0,12	0,69
БАТОН	30	2,25	0,87	15,15	78,90
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ (аллергики)	10	0,00	9,69	0,00	87,20
Итого		12,84	20,87	54,45	460,08
<b>II Завтрак</b>					
КЕФИР	220	6,38	7,04	8,80	123,20
БАТОН (аллергики)	20	1,50	0,58	10,10	52,60
ЧАЙ (аллергики)	200	0,08	0,00	0,16	0,96
Итого		6,38	7,04	8,80	123,20
<b>Обед</b>					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	2,36	6,18	15,49	133,47
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (аллергики)	200	1,65	5,15	13,33	106,57
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	75	16,06	39,82	4,53	449,40
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	75	8,14	21,65	0,56	229,83
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,99	4,41	31,84	187,21
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,91	5,43	23,74	155,75
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,25	0,04	14,37	59,29
ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,90	0,48	18,04	88,00
БАТОН (аллергики)	40	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		26,56	50,93	84,27	917,37
<b>Ужин</b>					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	190	30,42	24,88	29,54	463,50
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	150	2,48	5,34	20,23	139,17
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	12,47	28,85	0,41	311,31
СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ (АБРИКОСОВЫЙ)	60	0,06	0,01	4,13	16,99
ЧАЙ	200	0,10	0,00	0,20	1,20
БАТОН	30	2,25	0,87	15,15	78,90
Итого		32,83	25,76	49,02	560,59
Всего		78,61	104,60	196,54	2 061,24

Медицинская сестра

Воронцова И.А.