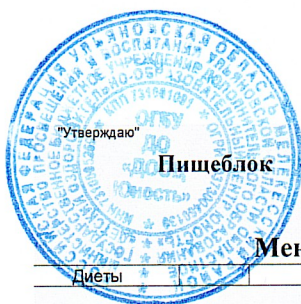




Пищевая

Меню

Понедельник 23.06.2025

Диеты	Наименование блюд	Выход	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1 - завтрак						
Взросл.	КАША РИСОВАЯ	200	202	5	9	28
Взросл.	СЫР	15	97	2	5	11
Взросл.	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	75	0	8	0
Взросл.	КАКАО НА МОЛОКЕ	200	119	3	4	18
Взросл.	БАТОН НАРЕЗНОЙ	60	143	5	1	30
Взросл.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	42	2	0	10
3 - обед						
Взросл.	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	0	0	0	0
Взросл.	СУП ГОРОХОВЫЙ	350	266	13	9	27
Взросл.	ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100/50	151	13	10	2
Взросл.	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ	200	228	9	4	43
Взросл.	СОК	200	94	1	0	23
Взросл.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	84	3	0	20
Взросл.	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	118	4	1	21
4 - Полдник						
Взросл.	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	206	5	5	34
Взросл.	ЧАЙ	200	57	0	0	15
Взросл.	ФРУКТ	200	90	1	0	20
5 - ужин						
Взросл.	БИТОЧКИ КУРИННЫЕ	50	104	8	5	5
Взросл.	РАГУ ОВОЩНОЕ	200	259	13	12	23
Взросл.	ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	40	63	5	5	0
Взросл.	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	89	1	0	22
Взросл.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	84	3	0	20
Взросл.	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	118	4	1	21
6 - Второй ужин						
Взросл.	КЕФИР	200	95	5	6	7
Итого:		2784	105	85	400	

ДИЕТ. ВРАЧ

ДИЕТ. СЕСТРА