



Вторник 24.06.2025

Меню

Диеты	Наименование блюд	Выход	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1 - завтрак						
Взросл.	КАША ЯЧНЕВАЯ	200	272	8	10	38
Взросл.	СЫР	15	97	2	5	11
Взросл.	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	75	0	8	0
Взросл.	КОФЕ С МОЛОКОМ	200	139	4	5	20
Взросл.	БАТОН НАРЕЗНОЙ	60	143	5	1	30
Взросл.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	42	2	0	10
3 - обед						
Взросл.	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	8	0	0	1
Взросл.	РАССОЛЬНИК	350	132	1	5	17
Взросл.	ПЛОВ	250	484	28	13	70
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.	ШАНЕЖКА	50	223	5	7	34
Взросл.	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	53	0	0	14
Взросл.	ФРУКТ	200	90	1	0	20
5 - ужин						
Взросл.	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	250	295	16	17	19
Взросл.	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/20	216	24	17	19
Взросл.	ЧАЙ	200	57	0	0	15
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:	2919	116	96	430

ДИЕТ. ВРАЧ

ДИЕТ. СЕСТРА