



ЕЖЕДНЕВНОЕ ОСНОВНОЕ МЕНЮ
На 30 июня 2025г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетич. ценность
Завтрак	Каша гречневая	150/180	97.7/175.5
	Чай с лимоном	150/180	29/41
	Батон с маслом	40	158
	Итого за завтрак	340/400	284.7/374.5
2-й завтрак	Фрукты	100	67.5
	Итого за 2-завтрак	100	67.5
Обед	Суп из овощей	150/180	36,8/42
	Салат из св. капусты	40/60	40.04/60.06
	Котлета из птицы, Соус	50/70/30	189/250
	Пюре картофельное	120/150	134.4/168
	Хлеб	30/40	52/69
	Компот из яблок и лимона	150/180	85.5/102.6
Уплотненный полдник	Итого за обед	560/690	645.58/846.76
	Макаронные изд. отварные	120/150	100.8/134.4
	Яйцо отварное	40	62.8
	Чай с сахаром	150/180	29/40
	Итог за уплотн. полдник	300/360	170.7/211,18
	Итог за день	1350/1630	1268.58/1639.58