

28 май 2025

Меню
Аллергики Сад, День 8

Блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак					
1. Каша жидкая пшенная с маслом.раст.	180/5	4,099	6,071	23,701	165,94
2. Батон нарезной обогащенный	36	2,772	1,08	18,036	93,24
3. Чай с сахаром	180	0	0	10,978	43,89
4. Яблоко свежее	75	0,352	0,352	8,624	41,36
Итого:		7,223	7,503	61,339	344,43
2й Завтрак					
1. Чай с сахаром	180	0	0	10,978	43,89
Итого:		0	0	10,978	43,89
Обед					
1. Огурец соленый	50	0,4	0,05	0,851	6,505
2. Щи по-уральски с крупой (м.г)	200/10	4,912	4,239	6,427	85,389
3. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	2,97	0,585	17,91	90,45
4. Соль йодированная на весь день	5,4	0	0	0	0
5. Мясо отварное	50	16,348	8,001	0,165	137,915
6. Пюре картофельное	150	2,76	4,648	22,494	143,119
7. Компот из изюма	180	0,406	0,088	21,587	89,468
Итого:		27,797	17,611	69,434	552,846
Полдник					
1. Огурец свежий	50	0,379	0	1,186	6,64
2. Азу	200	18,259	16,256	17,206	288,716
3. Батон нарезной обогащенный	36	2,772	1,08	18,036	93,24
4. Чай с сахаром	180	0	0	10,978	43,89
Итого:		21,41	17,336	47,405	432,486
Итого за день:		56,43	42,45	189,156	1373,652

Диетсестра  Дмитриева А.В.

Заведующий  Иванова Ю.В.