

Руководитель: _____

МЕНЮ на «31» 03

2025г.



Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции		Энерг.ценн . (ккал.)	
		г	г		
завтрак	Бутерброд с повидлом	20/12	25/15	101.25	126.56
	Каша молочная	180	200	206.40	229.33
	кукурузная				
	Чай полусладкий	150	180	35.83	43.00
10-00 ч.	Сок фруктовый	100	100	48.02	48.02
обед	Суп рисовый на мясе	180	200	110.04	122.27
	Жареная курица с мясом	180	200	328.51	365.02
	Ж-т из овощей	150	180	43.33	88.00
	Хлеб пшеничный	35	30	78.79	70.08
	Хлеб ржаной	20	45	40.42	104.40
	Йогурт питьевой	140	150	110.61	118.52
ужин	Репки с свеклой	180/10	200/12	344.02	383.85
	Чай	150	180	35.83	43.00
	Зеджер	30	30	98.10	98.10

Итого калорийность: 1611.15/1840.15