

МЕНЮ

на 14 июня 2025 года

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		
			Б	Ж	У
1	2	3	4	5	6
3,01	Гастрономия / Сыр порционно	10	2,32	2,95	0,00
340,19	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	11,38	8,30	2,89
303,16	Кофейный напиток с молоком	200	5,00	3,20	24,66
0,09	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52
28,01	Фрукт порционно / Яблоко	100-120	0,4	0,4	10,0
Итого за Завтрак			17,0	9,03	55,52
72,22	Винегрет овощной заправленный растительным маслом	60	0,95	3,10	5,17
140,10	Суп картофельный с клецками на бульоне	200	5,1	4,16	19,1
267,89	Котлета куриная запеченная с овощами	90	16,55	16,03	40,92
1,39	Капуста тушеная белокочанная /ИЛИ/ Цветная капуста отварная	150	4,14	6,22	12,10
407	Сок фруктовый	200	0	0,3	22,2
5,10	Хлеб ржано-пшеничный	70	1,85	0,36	23,9
Итого за Обед (полноценный рацион питания)			28,79	30,13	123,43
Итого за 2 приёма пищи			45,8	39,2	179,0

Приятного аппетита!