



Меню на 13.03.2025 г.

День 4: четверг

Неделя: вторая

Наименование приёма пищи	Наименование блюд	Масса порций	Калорийность порций
Завтрак	Каша манная молочная с маслом	140/170	236,9
	Какао	180/200	94
	Масло порционное	5/7	334
	Хлеб пшеничный	30/35	234
			804,9
Второй завтрак	Йогурт фруктовый	100/100	86
			86
Обед	Суп свекольник	150/180	140,57
	Рыба тушеная в томате с овощами	80/90	103
	Компот из с/ф	180/200	84
	Салат картофельный с зелёным горошком	50/70	96
	Хлеб пшеничный	40/60	234
			657,57
Полдник	Булочка российская	40/50	205
	Молоко	180/200	107
			312
Итого калорийность за весь день			1860,47