

10 июнь 2025

Меню
Сад 2025, День 2

Блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак					
1. Яйца вареные	40	5,97	5,4	0,33	73,8
2. Батон обогащенный	35	2,695	1,05	17,535	90,65
3. Каша рисовая жидкая	200	4,95	5,322	29,266	185,276
4. Чай с молоком	180	2,52	2,25	13,212	83,61
Итого:	16,135	14,022	60,343	433,336	
2й Завтрак					
1. Ряженка	180	5,4	7,2	7,56	91,801
Итого:	5,4	7,2	7,56	91,801	
Обед					
1. Огурец свежий	50	0,379	0	1,186	6,64
2. Суп из овощей с курой	200/10	0,617	1,74	3,198	31
3. Печень по-строгановски	70/50	16,909	8,61	8,427	180,098
4. Макароны изделия отварные	160	6,004	4,007	38,384	213,792
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	2,97	0,585	17,91	90,45
6. Напиток витаминизированный	180	0	0	0	0
Итого:	26,879	14,943	69,105	521,98	
Полдник					
1. Биточки по-белорусски	70	7,348	8,169	0,697	105,709
2. Овощи, припущенные в сметанном соусе	150	2,274	2,102	9,307	66,345
3. Батон нарезной обогащенный	40	3,08	1,2	20,04	103,6
4. Сок абрикосовый	180	0,9	0	22,86	99
5. Булочка "творожная"	80	11,348	5,38	43,59	269,314
6. Банан свежий	80	1,2	0,4	16,8	76,8
Итого:	26,151	17,251	113,294	720,766	
Итого за день:	74,564	53,416	250,302	1767,884	