

# Меню

5 Декабря 2024г.

7-11

| Наименование блюд                       | Выход блюд |            |
|---|------------|------------|
|   | Вес, гр.   | Калор, кк. |
| <b>ЗАВТРАК</b>                          |            |            |
| Омлет с зеленым горошком                | 150        | 169.48     |
| Масло сливочное (порциями)              | 5          | 28.28      |
| Фрукты свежие (яблоко)                  | 150        | 61.40      |
| Чай черный байховый с молоком и сахаром | 200        | 56.84      |
| Батон нарезной                          | 40         | 104.68     |
| Хлеб ржано-пшеничный (порционнo)        | 25         | 48.70      |
| <b>ОБЕД</b>                             |            |            |
| Маринад овощной с томатом               | 60         | 75.45      |
| Рассольник домашний                     | 225/10/5   | 88.25      |
| Оладьи из печени                        | 90         | 214.08     |
| Картофельное пюре                       | 150        | 119.69     |
| Компот из смеси сухофруктов             | 200        | 98.76      |
| Хлеб пшеничный (порционнo)              | 34,88      | 81.76      |
| Хлеб ржано-пшеничный (порционнo)        | 20         | 38.96      |

**Итого калорийность: 1186.33 Ккал.**

# Меню

5 Декабря 2024г.

12-18

| Наименование блюд                       | Выход блюд |            |
|---|------------|------------|
|   | Вес, гр.   | Калор, кк. |
| <b>ЗАВТРАК</b>                          |            |            |
| Омлет с зеленым горошком                | 200        | 225.85     |
| Масло сливочное (порциями)              | 5          | 28.28      |
| Фрукты свежие (яблоко)                  | 150,13     | 61.45      |
| Чай черный байховый с молоком и сахаром | 200        | 56.86      |
| Батон нарезной                          | 60         | 157.02     |
| Хлеб ржано-пшеничный (порционнo)        | 39,62      | 77.18      |
| <b>ОБЕД</b>                             |            |            |
| Маринад овощной с томатом               | 100        | 124.37     |
| Рассольник домашний                     | 235/10/5   | 102.30     |
| Оладьи из печени                        | 100        | 240.67     |
| Картофельное пюре                       | 180        | 143.64     |
| Компот из смеси сухофруктов             | 200        | 101.11     |
| Хлеб пшеничный (порционнo)              | 40         | 93.76      |
| Хлеб ржано-пшеничный (порционнo)        | 20         | 38.96      |

**Итого калорийность: 1451.45 Ккал.**