

# Меню на 18.04.2023

**МЕНЮ**  
18 апреля 2023 г.  
День:  
Дети 3-7, 15 стол

## Завтрак

Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1 бутерброд с сыром 23	25	9,52	0,144	22,26	259
2 какао с молоком 23	200	2,8	2,24	11,07	74
3 каша жидкая молочная (рис) 23	200	6,28	8,6	33,61	237
<b>Итого</b>		<b>18,60</b>	<b>10,98</b>	<b>66,94</b>	<b>570,00</b>

## Второй завтрак

Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1 Кисломолочный продукт 23	150	5,23	4,5	7,2	95,4
<b>Итого</b>		<b>5,23</b>	<b>4,50</b>	<b>7,20</b>	<b>95,40</b>

## Обед

Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1 суп из свежих капусты с картофелем со сметаной, с мясом птицы 23	200	8,03	6,06	8,91	136,25
2 компот из смеси сухофруктов/компот из плодов или ягод сушеных 23	180	0,077		21,29	86,5
3 овощи натуральные соленные					
4 консервированные 23	60	0,8	0,1	1,7	13
4 пюре картофельное 23	130	3,69	8,72	21,69	191,7
5 рыба тушеная в томате с овощами 23	85	19,36	4,87	3,52	151,68
6 хлеб пшеничный 23	20	3,41	0,55	17,81	90,03
7 хлеб ржано-пшеничный 23	30	4,48	0,96	39,52	160
<b>Итого</b>		<b>39,85</b>	<b>21,26</b>	<b>114,44</b>	<b>829,16</b>

## Полдник

Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1 кондитерские изделия 23	70	5,5	7,21	49,6	278
2 молоко кипяченое 23	180	6	6,4	9,4	120
3 фрукты 23	90	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>		<b>11,90</b>	<b>14,01</b>	<b>68,80</b>	<b>445,00</b>

## Ужин

Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1 винегрет овощной 23	60	1,24	10,14	9,47	126
2 плов с мясом 23	200	12,5	12,95	43,04	339,68
3 хлеб пшеничный 23	20	3,41	0,55	17,81	90,03
4 хлеб ржано-пшеничный 23	20	4,48	0,96	39,52	160
5 чай с сахаром 23	200			7,13	31
<b>Итого</b>		<b>21,63</b>	<b>24,60</b>	<b>116,97</b>	<b>746,71</b>

## Второй ужин

Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1 батон 23	20	5,35	0,6	35,6	169,5
2 Кисломолочный продукт 23	150	5,23	4,5	7,2	95,4
<b>Итого</b>		<b>10,58</b>	<b>5,10</b>	<b>42,80</b>	<b>264,90</b>
<b>Итого за день</b>		<b>107,791</b>	<b>80,451</b>	<b>417,151</b>	<b>2 951,17</b>

Медицинская сестра: \_\_\_\_\_ подпись: \_\_\_\_\_  
Устюгова Татьяна Владимировна  
ФИО



Завтрак



Второй завтрак



Обед



Полдник



Ужин



Паужин