

# Меню на 02.03.2024

Краевой центр семьи и детей

**МЕНЮ**  
2 марта 2024 г. *РД*  
День:  
Дети 3-7, 15 стол

**Завтрак**

Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1 батон 23	15	5,35	0,6	35,6	169,5
2 суп молочный с крупой (рис) 23	200	4,13	5,05	15,88	125
3 чай с сахаром 23	200			7,13	31
<b>Итого</b>		<b>9,48</b>	<b>5,65</b>	<b>58,61</b>	<b>325,50</b>

**Второй завтрак**

Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1 сок 23	100	1	0,2	20,2	75
<b>Итого</b>		<b>1,00</b>	<b>0,20</b>	<b>20,20</b>	<b>75,00</b>

**Обед**

Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1 кисель из свежемороженных ягод 23	180	0,21	0,05	21,55	90
2 пюре картофельное 23	130	3,69	8,72	21,69	191,7
3 рыба тушеная в томате с овощами 23	85	19,36	4,87	3,52	151,68
4 салат из свежкы слуком 23	60	1,66	6,35	9,15	101,25
5 хлеб пшеничный 23	20	3,41	0,55	17,81	90,03
6 хлеб ржано-пшеничный 23	30	4,48	0,96	39,52	160
7 щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной, с мясом 23	200	5,77	7,44	7,95	126
<b>Итого</b>		<b>38,58</b>	<b>28,94</b>	<b>121,19</b>	<b>910,66</b>

**Полдник**

Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1 Булочка домашняя 23	100	4,82	8,56	36,72	243,96
2 напиток витаминизированный (180 гр.) 23	180			16,56	66,6
3 фрукты 23	90	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>		<b>5,22</b>	<b>8,96</b>	<b>63,08</b>	<b>357,56</b>

**Ужин**

Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1 бефстроганов 23	70	17,64	16,68	5,03	242
2 какао с молоком 23	200	2,8	2,24	11,07	74
3 макаронные изделия отварные с овощами 23	130	7,44	9,14	42,24	269,07
4 салат из отварной моркови с зеленым горошком 23	60	2,01	8,13	6,06	106
5 хлеб пшеничный 23	15	3,41	0,55	17,81	90,03
6 хлеб ржано-пшеничный 23	20	4,48	0,96	39,52	160
<b>Итого</b>		<b>37,78</b>	<b>37,70</b>	<b>121,73</b>	<b>941,10</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>102,64</b>	<b>86,55</b>	<b>427,61</b>	<b>2 874,72</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ подпись \_\_\_\_\_ Устинова Татьяна Владимировна ФИО



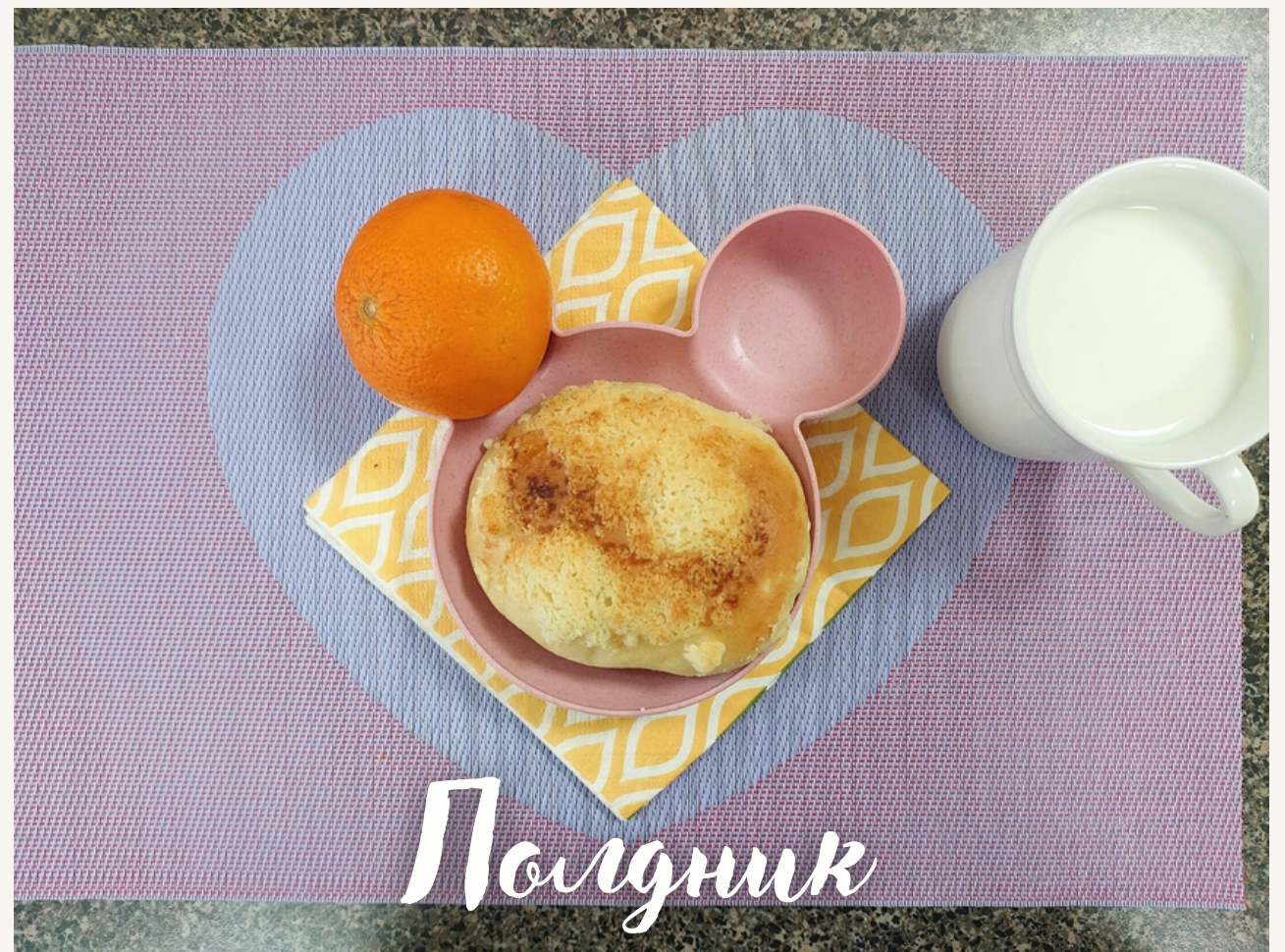
Завтрак



Второй завтрак



Обед



Полдник



Ужин



Паузин