



Утверждаю:

Начальник ЛДП «Тополёк»

Бондарук Л.М.

МЕНЮ 10.06.2025г.

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак</b>					
Помидор в нарезке	30	0.3	0.1	1.1	6.4
Горошница	150	14.5	1.3	33.8	204.8
Биточек из курицы	80	15.3	3.4	10.7	134.9
Какао с молоком	200	4.7	3.5	12.5	100.4
Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
Хлеб ржано-пшеничный	20	1.3	0.2	7.9	39.1
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>510</b>	<b>38.4</b>	<b>8.7</b>	<b>80.8</b>	<b>555.9</b>
<b>Обед</b>					
Огурец в нарезке	60	0.5	0.1	1.5	8.5
Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)		5.1	5.8	10.8	115.6
Картофель отварной в молоке	150	4.5	5.5	26.5	173.7
Рыба, запеченная в сметанном соусе (семга)	100	23	28.5	5.5	370.6
Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	19.8	81
Хлеб ржаной	30	2	0.4	10	51.2
Хлеб пшеничный	60	4.6	0.5	29.5	140.6
<b>Итого за Обед</b>	<b>800</b>	<b>40.2</b>	<b>40.8</b>	<b>103.6</b>	<b>941.2</b>