



Утверждаю:
Начальник ЛДП «Тополь»
Бондарук Л.М.

МЕНЮ 17.06.2025г.

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Огурец в нарезке	20	2.8	0.2	0	0.5
Картофельное пюре	150	139.4	3.1	5.3	19.8
Курица отварная	80	123.8	25.7	1.9	0.9
Какао с молоком	200	100.4	4.7	3.5	12.5
Хлеб ржано-пшеничный	20	39.1	1.3	0.2	7.9
Хлеб пшеничный	30	70.3	2.3	0.2	14.8
ИТОГО в завтрак	500	475.8	37.3	1.1	56.4
Обед					
Салат из моркови и яблок	60	74.3	0.5	6.1	4.3
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	110.4	4.7	5.7	10.1
Рис отварной	150	203.5	3.6	4.8	36.4
Котлета рыбная любительская (минтай)	100	112.3	12.8	4.1	6.1
Соус молочный натуральный	20	23.8	0.7	1.5	1.9
Компот из свежих яблок	200	41.6	0.2	0.1	9.9
Хлеб пшеничный	60	141	5	1	30
Хлеб ржаной	30	58.7	2	0.4	11.9
ИТОГО в обед	820	765.2	29.1	23.2	110.1