

Меню на 23.09.2023 года

7-11 ЛЕТ

Наименование блюда	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал
ЗАВТРАК.					
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ СО СГУЩЕННЫМ	150/30	28,82	12,26	44,25	402,64
ЧАЙ С ЛИМОНОМ .	200/7	0,06	0,01	10,20	41,11
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	2,28	0,24	14,76	70,32
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 170.	170	0,68	0,68	16,66	75,48
	91,76	31,84	13,19	85,87	589,55
ОБЕД.					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ.	60	0,94	3,71	5,28	58,27
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	7,28	9,89	10,61	160,51
ПТИЦА ОТВАРНАЯ 90г	90	21,85	18,71	0,39	257,30
РИС ОТВАРНОЙ.	150	4,01	6,18	41,58	237,92
КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ	200	0,20	0,08	14,99	61,48
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	2,28	0,24	14,76	70,32
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	30	1,98	0,33	12,30	60,09
	91,76	38,54	39,14	99,91	905,89
Итого по меню:		70,38	52,33	185,78	1495,44

Зав. производством

/Стяжкина Е.А./