

Меню на 10.05.2023 года

ОТ 1 ДО 3

Наименование блюда	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал
ЗАВТРАК.					
СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ)(10).	10	2,60	2,70		34,70
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150.	150	14,07	18,67	3,64	238,84
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 170.	170	2,46	2,12	12,56	79,24
БАТОН (НАРЕЗНОЙ)	20	1,66	0,38	10,46	51,90
		20,79	23,87	26,66	404,68
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
СОК ФРУКТОВЫЙ 150.	150	0,75	0,15	16,50	70,35
		0,75	0,15	16,50	70,35
ОБЕД.					
ОВОЩИ (ОГУРЦЫ) СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) 30	30	0,24	0,03	0,75	4,23
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТ.150/2	150/5	1,13	4,11	5,35	62,90
СУФЛЕ РЫБНОЕ 50.	50	7,50	3,60	1,64	68,93
СОУС МОЛОЧНЫЙ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ 30	30	1,15	2,52	3,15	39,88
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ 110	110	3,51	4,59	21,38	140,84
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК(180)	180	0,16	0,16	17,48	72,03
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	1,32	0,22	8,20	40,06
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		17,29	15,47	72,71	499,19
ПОЛДНИК					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ) 150	150	6,00	2,25	21,45	130,05
ПЕЧЕНЬЕ 50	50	3,75	4,90	37,20	207,90
		9,75	7,15	58,65	337,95
УЖИН					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА.	150	32,57	11,57	25,77	337,53
СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ (50)	50	1,32	2,41	8,21	59,86
ЧАЙ КАРКАДЕ 180	180			13,47	53,89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		35,41	14,14	57,29	498,16
Итого по меню:		83,99	60,78	231,81	1810,33

Зав. производством

