



Меню на 18.08.2023 года

ОТ 1 ДО 3

Наименование блюда	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал
ЗАВТРАК.					
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ.	40	5,08	4,60	0,28	62,84
КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 140	140	4,94	6,55	32,35	208,01
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150.	150	2,17	1,87	11,08	69,92
БАТОН (НАРЕЗНОЙ)	20	1,66	0,38	10,46	51,90
		13,85	13,40	54,17	392,67
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
СОК ФРУКТОВЫЙ 150.	150	0,75	0,15	16,50	70,35
		0,75	0,15	16,50	70,35
ОБЕД.					
ОВОЩИ (ПОМИДОРЫ) СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) 30	30	0,33	0,06	1,14	6,42
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 150/5	150/5	1,23	4,10	7,75	72,83
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ СМЕТАННОМ 50	50	8,47	9,45	3,72	133,84
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 110	110	4,15	4,08	26,81	160,52
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 150	150	0,51	0,21	18,47	77,82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44
ХЛЕБ РЖАНОЙ(10)	10	0,66	0,11	4,10	20,03
		16,11	18,09	66,91	494,90
ПОЛДНИК					
НАПИТОК "СНЕЖОК" 150	150			14,55	58,20
ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ	60	6,69	7,03	35,69	232,80
		6,69	7,03	50,24	291,00
УЖИН					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЕЖИКИ" 50	50	5,44	6,74	5,42	104,11
СОУС ТОМАТНЫЙ(30)	30	0,39	1,11	2,42	21,21
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ(110)	110	2,74	12,45	12,70	173,83
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	180/7	0,06	0,01	9,18	37,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	30	1,98	0,33	12,30	60,09
		10,61	20,64	42,02	396,24
Итого по меню:		48,01	59,31	229,84	1645,16

Зав. производством

//