

Меню на 14.09.2023 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
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150.	150	4,27	4,82	20,25	141,45
КАКАО С МОЛОКОМ (180).	180	4,49	3,60	28,53	164,47
БАТОН (НАРЕЗНОЙ)	20	1,66	0,38	10,46	51,90
		13,02	11,50	59,24	392,52
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИН) 100	100	0,80	0,20	7,50	35,00
		0,80	0,20	7,50	35,00
ОБЕД.					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ 30.	30	0,43	1,82	2,53	28,31
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 150/5	150/5	1,24	4,16	6,82	69,65
МЯСО ТУШЕНОЕ 70	35/35	8,63	22,87	1,78	247,48
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	110	2,33	0,78	15,85	79,76
КИСЕЛЬ 150	150	0,02		24,05	96,26
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44
ХЛЕБ РЖАНОЙ(10)	10	0,66	0,11	4,10	20,03
		14,07	29,82	60,05	564,93
ПОЛДНИК					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ) 150	150	6,00	2,25	21,45	130,05
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,96	1,03	28,96	144,98
		10,96	3,28	50,41	275,03
УЖИН					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ(30)	30	0,52	1,59	3,65	30,95
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 160.	160	32,27	7,99	7,39	230,49
ЧАЙ С МОЛОКОМ(180)	180	1,31	1,13	15,64	77,88
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(10)	10	0,66	0,11	4,10	20,03
		36,28	10,98	40,62	406,23
Итого по меню:		75,13	55,78	217,82	1673,71

Зав. производством

