

Меню на 07.09.2023 года

ОТ 3 ДО 7

Наименование блюда	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал
ЗАВТРАК.					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 10/20	10/20	4,12	2,86	9,84	81,58
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180.	180	4,82	6,30	30,38	197,59
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,45	1,25	17,37	86,53
		10,39	10,41	57,59	365,70
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
СОК ФРУКТОВЫЙ.	200	1,00	0,20	22,00	93,80
		1,00	0,20	22,00	93,80
ОБЕД.					
ОВОЩИ (ПОМИДОРЫ) СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) 50	50	0,55	0,10	1,90	10,70
СВЕКОЛЬНИК 180	180	1,63	3,16	12,35	84,39
КОТЛЕТА РЫБНАЯ 70.	70	9,44	3,57	10,50	111,89
СОУС МОЛОЧНЫЙ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ 30	30	1,15	2,52	3,15	39,88
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130	130	4,91	4,82	31,68	189,70
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	200	0,56	0,02	29,72	121,30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	1,32	0,22	8,20	40,06
		21,08	14,57	107,34	644,80
ПОЛДНИК					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) 180	180	5,22	4,50	7,20	90,18
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ 70	70	4,63	2,21	50,77	241,50
		9,85	6,71	57,97	331,68
УЖИН					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ 50.	50	0,72	3,04	4,22	47,18
ПЕЧЕНЬ ТЕРТАЯ 70	70	10,45	17,97	3,81	218,77
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 130.	130	2,62	4,76	21,05	137,51
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	200/7	0,06	0,01	10,20	41,11
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		15,37	25,94	49,12	491,45
Итого по меню:		57,69	57,83	294,02	1927,43

Зав. производством



/ /