

Меню на 07.11.2023 года

ОТ 3 ДО 7

Наименование блюда	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал
ЗАВТРАК.					
КАША МАННАЯ 190	190	7,08	6,19	34,31	221,31
СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ)(10).	10	2,60	2,70		34,70
БАТОН (НАРЕЗНОЙ)	20	1,66	0,38	10,46	51,90
КАКАО С МОЛОКОМ (180).	180	4,49	3,60	28,53	164,47
		15,83	12,87	73,30	472,38
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
СОК ФРУКТОВЫЙ.	200	1,00	0,20	22,00	93,80
		1,00	0,20	22,00	93,80
ОБЕД.					
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКАЧАННОЙ 50.	50	0,77	3,04	4,66	49,09
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ 180	180	4,54	3,18	18,54	120,92
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ 70	70	10,26	10,51	7,09	163,96
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ 130	130	3,23	4,31	29,56	169,91
КИСЕЛЬ ВИТАМИННЫЙ 180	180	0,25	0,10	23,99	97,88
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	1,32	0,22	8,20	40,06
		21,89	21,52	101,88	688,70
ПОЛДНИК					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ) 180	180	7,20	2,70	25,74	156,06
ПРЯНИК 70	70	5,11	3,22	52,85	260,82
		12,31	5,92	78,59	416,88
УЖИН					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ 50.	50	0,72	3,04	4,22	47,18
КОТЛЕТА РЫБНАЯ 70.	70	9,44	3,57	10,50	111,89
СОУС МОЛОЧНЫЙ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ 50	50	1,91	4,20	5,25	66,47
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	130	2,75	0,92	18,74	94,26
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	15,18	61,04
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		17,16	11,98	68,65	451,16
Итого по меню:		68,19	52,49	344,42	2122,92

Итого по меню:

Зав. производством



/ /