



Меню на 09.11.2023 года

ОТ 3 ДО 7

Наименование блюда	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал
ЗАВТРАК.					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 10/15	25	3,85	2,99	7,85	73,63
КАША "ЯНТАРНАЯ" 180	180	7,58	10,62	35,53	268,06
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,90	2,50	14,78	93,22
		14,33	16,11	58,16	434,91
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
СОК ФРУКТОВЫЙ.	200	1,00	0,20	22,00	93,80
		1,00	0,20	22,00	93,80
ОБЕД.					
ОВОЩИ (ОГУРЦЫ) СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) 50	50	0,40	0,05	1,25	7,05
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И	180	1,94	2,08	13,53	80,58
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 200	200	20,25	45,63	26,89	599,17
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 180.	180	0,41	0,09	25,32	103,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	1,32	0,22	8,20	40,06
		25,84	48,23	85,03	877,47
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 КАПУСТЫ БЕЛОКАЧАННОЙ С ЯБЛОКАМИ 50	50	0,56	3,09	3,03	42,23
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГОНОВСКИ 70	70	15,09	10,54	5,32	176,51
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	130	7,84	5,38	42,14	248,35
ЧАЙ КАРКАДЕ 180	180			13,47	53,89
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	1,32	0,22	8,20	40,06
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44
		25,57	19,31	77,08	584,48
Итого по меню:		76,59	90,56	300,24	2322,34

Зав. производством