

Меню на 10.11.2023 года

ОТ 3 ДО 7

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 180.	180	5,12	5,79	24,30	169,74
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,48	2,86	15,02	99,77
БАТОН (НАРЕЗНОЙ)25	25	2,08	0,48	13,08	64,88
		13,28	11,83	52,40	369,09
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 180.	180	0,61	0,25	17,68	75,42
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИН) 100	100	0,80	0,20	7,50	35,00
		1,41	0,45	25,18	110,42
ОБЕД.					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ 50.	50	0,72	3,04	4,22	47,18
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 180/5	180/5	1,46	4,79	8,15	81,54
МЯСО ТУШЕНОЕ 80	40/40	9,86	26,14	2,04	282,85
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	130	2,75	0,92	18,74	94,26
КИСЕЛЬ	200	0,02		32,06	128,34
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	2,28	0,24	14,76	70,32
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	30	1,98	0,33	12,30	60,09
		19,07	35,46	92,27	764,58
ПОЛДНИК					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ) 180	180	7,20	2,70	25,74	156,06
МАННИК 70	70	4,04	4,71	23,17	151,19
		11,24	7,41	48,91	307,25
УЖИН					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ(60)	60	1,03	3,18	7,29	61,90
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 200	200	40,30	9,96	9,24	287,76
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,45	1,25	17,37	86,53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		44,30	14,55	43,74	483,07
Итого по меню:		89,30	69,70	262,50	2034,41

Зав. производством

