

МЕНЮ на 22 февраля

Наименование продуктов

Завтрак (младшие)

	Выход	Белки	Жиры	Угл-ы	Ккал
Каша геркулесовая молочная с маслом	200	9	9,81	38,59	279,01
Чай с сахаром	200	0,7	0,02	10	40
Печенье	30	2,25	2,94	22,32	125,1
Батон нарезной	70	5,52	2,03	35,98	183,4
Итого:	500	19,2	18,8	87,89	607,51

Завтрак старшие

Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Котлеты Нежные из птицы	100	17,36	9,5	16,5	220
Каша вязкая гречневая с маслом сливочным	180\3	5,54	9,63	24,69	208
Чай с сахаром	200	0	0,2	10	40
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,6
Итого:	625	23,01	21,96	98,1	651,6

Обед (младшие)

Рассольник домашний со сметаной	200\10	1,93	5,57	10,51	107,8
Котлеты Нежные из птицы	90	15,64	8,55	14,53	198
Каша вязкая гречневая с маслом сливочным	150\3	4,65	3,76	20,91	132,8
Сок фруктовый(нектар плодовый)	200	1	0	20,2	85,34
Хлеб ржаной	45	2,96	0,54	17,78	88,92
Хлеб пшеничный	20	1	0,16	9,84	47
Итого:	718	28	28,58	114	859,86
Всего:	1218	46,7	47,38	201,9	1467,4

Дополнительное питание для детей мобилизованных

Каша геркулесовая молочная с маслом	200	9	9,83	38,59	279,01
Чай с сахаром	200	0,7	0,02	10	40
Печенье	30	2,25	2,94	22,32	125,1
Батон нарезной	70	5,25	2,03	35,98	183,4
Итого:	500	17,2	14,8	106,9	627,51

Обед

Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Рассольник Домашний со сметаной	250\5	2,35	6,59	13,05	130,7
Каша вязкая гречневая с маслом сливочным	180\5	5,54	9,63	24,69	208
Котлеты Нежные из птицы	100	17,4	9,5	16,4	201,12
Чай с сахаром	200	0,7	0,02	10	40
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	36,6
Итого:	880	30,7	32,5	127,9	932,14

Директор:

Михайленко С.О.

Шеф повар:

Моравская Л.И.

