

Меню на 14.02.2021						
Наименование блюд			белки	жиры	угл-ды	ценность Ккал
ЗАВТРАК						
Каша Геркулесовая молочная с маслом	200/5	6,70	7,50	22,00	182,30	
Чай с молоком,сахаром	180/5	2,60	2,30	14,30	89,00	
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4,80	7,20	15,40	146,00	
Итого:	430	14,10	17,00	51,70	417,30	
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	12,00	53,20	
яблоко						
Итого:	100	0,40	0,40	12,00	53,20	
	530	14,50	15,40	63,70	470,50	
ОБЕД						
Салат из капусты с яблоками	50	1,00	2,30	5,00	45,00	
Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками и грёнками	200/15/10	3,25	4,40	26,00	157,00	
Биточки куриные "Солнышко"	70	8,00	10,50	6,20	152,00	
Макароны отварные	130	4,80	3,60	29,40	169,20	
Кисель	180			10,00	40,00	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	692,5	18,85	21,20	94,60	645,70	
ПОЛДНИК						
Плюшка новомосковская	60	2,40	3,10	27,90	149,00	
Ряженка	120	4,30	3,00	5,00	64,00	
Рагу с индейкой	40/120	7,00	11,00	18,50	200,00	
Чай фруктовый	180/7	0,18	0,09	17,00	69,50	
Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50	
Итого:	550	15,68	17,42	79,70	537,00	
ВСЕГО:	1772,5	49,03	56,02	238,00	1653,20	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 03E412AE10FAAD0898E49110C9EED0E4995
Владелец: Ахметшин Кирилл Ар Валентинович
Документ создан с 10.12.2021 по 10.12.2022