

# Меню на

16.02.2022

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
		белки	жиры	угл-ды	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	8,00	6,60	26,00	194,00
Какао с молоком	180	2,42	2,58	13,61	87,30
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4,80	7,20	15,40	146,00
Фрукты свежие яблоко	100	0,06	0,36	12,00	49,00
<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>0,06</b>	<b>0,36</b>	<b>12,00</b>	<b>49,00</b>
<b>ОБЕД</b>					
Салат из свеклы	50	0,60	1,60	3,00	29,00
Суп крестьянский с курицей, сметаной	200/15/5	5,7	6,80	15,40	144
Запеканка картофельная с мясом	150/20	9,20	12,00	34,00	281,00
Компот из сухофруктов	180	0,7	0,0	18,0	75
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5
<b>ПОЛДНИК</b>					
Шафран с яблоками	50	2,42	3,5	24,9	140
Катык	120	3,77	3	5	62,1
Гречка с фаршем и овощами	160	7,50	11,20	33,20	263,00
Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50
Чай с сахаром	180/5	0,06	0,02	4,99	20,38

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 03EA12AF00FAA899BE49110CBF0084995  
Выдана: Ахметши Илтиаз Валитович  
Действителен с 10.12.2021 по 10.12.2022