

# Меню на 21/02/2021

Прием пищи		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
Наименование блюд			белки	жиры	угл-ды	
					Ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша манная молочная с маслом		200/5	10,00	10,00	24,50	228,00
Чай с сахаром		180/5	0,06	0,02	4,99	20,38
Бутерброд с маслом сливочным		30/5	2,30	4,50	15,40	111,00
<b>Итого:</b>		<b>425</b>	<b>12,36</b>	<b>14,52</b>	<b>44,89</b>	<b>359,38</b>
Сок абрикосовый		125	0,60	0,06	22,00	90,90
		125	0,60	0,06	22,00	90,90
<b>ОБЕД</b>						
Салат из свеклы		50	0,60	1,60	3,00	29,00
Щи со свежей капустой, картофелем, с курицей и сметаной		200/15/5	4,60	8,00	17,00	158,50
Котлеты рубленые из говядины		70	6,2	7,3	12	138,5
Макароны отварные		130	4,80	3,60	29,40	169,20
Компот из свежих яблок		180	0,10	0,10	11,80	48,50
Хлеб сельский		37,5	1,8	0,4	18	82,5
<b>ПОЛДНИК</b>						
Пицца с сыром		60	5,40	4,20	28,00	174,50
Катык		120	3,77	3	5	62,1
Рагу с курицей		40/120	5,00	10,00	16,00	174,00
Чай фруктовый		180/7	0,18	0,09	17,00	69,50
Хлеб пшеничный 1с		23	1,80	0,23	11,30	54,50

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
Сертификат: 03E112AFD0F8A8B98E49210CB7E0B04395  
Подпись: Александр Михайлович Волынец  
Действителен с 10.12.2021 по 10.12.2022