

Меню на 03/03/2022						
Прием пищи		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
Наименование блюд			белки	жиры	угл-ды	Ккал
	ЗАВТРАК					
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
Итого:		425	15,22	16,38	55,01	427,30
Фрукты свежие		100	0,06	0,36	12,00	49,00
яблоко						
Итого:		100	0,06	0,36	12,00	49,00
		525	14,20	15,74	67,01	472,00
	ОБЕД					
Салат из свеклы		50	0,60	2,50	4,20	42,00
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
Итого:		657,5	18,00	21,74	89,60	624,70
	ПОЛДНИК					
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
Итого:		538	15,55	17,95	79,39	539,98
ВСЕГО:		1720,5	48,83	56,43	236,00	1640,98

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 03E2112AF00FA2C899E49110C8EFD0084995
Владелец: Ахметшин Идрисар Вахитович
Действителен с 10.12.2021 по 10.12.2022