

Меню на 04/03/2022

Наименование блюд			белки	жиры	угл-ды	ценность Ккал
ЗАВТРАК						
Суп молочный с вермишелью	180	9,80	9,60	19,40	203,00	
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	
Итого:	400	12,16	14,12	39,79	334,38	
Сок	125	0,75	0,38	23,00	98,42	
яблоко-груша						
Итого:	125	0,75	0,38	23,00	98,42	
	525	12,91	14,50	62,79	432,80	
ОБЕД						
Икра кабачковая	50	0,95	4,45	7,50	73,85	
Щи со свежей капустой, картофелем, с сметаной на м/б	200/6	3,40	4,50	14,20	111,00	
Плов из отварной говядины	180	13,50	12,00	35,00	302,00	
Компот из свежих яблок	180	0,10	0,10	11,80	48,50	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	653,5	19,75	21,45	86,50	617,85	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия	20	0,20	3,60	10,00	68,00	
печенье						
Молоко кипяченое	120	3,40	3,00	5,70	63,40	
Салат из моркови	50	0,75	0,06	8,50	37,50	
Запеканка из творога с крошкой	150	10,00	10,00	35,20	271,00	
Напиток шиповника	180/5	0,6	0,3	6,5	31,1	
Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50	
Итого:	548	16,75	17,19	77,20	525,50	
ВСЕГО:	1726,5	49,41	53,14	226,49	1576,15	