Меню на 25/03/2022						
Наименование блюд						ценность
			белки	жиры	угл-ды	Ккал
	ЗАВТРАК					
Каша полбяная молочная с маслом		200/5	7,30	7,42	22,80	187,20
Какао с молоком		180	2,42	2,58	13,61	87,30
Бутерброд с маслом сливочным		30/5	2,30	4,50	15,40	111,00
Итого:		420	12,02	14,50	51,81	385,50
Сок		125	0,87	0,25	20,00	85,00
вишневый						
Итого:		125	0,87	0,25	16,50	71,00
		545	12,89	14,75	68,31	456,50
	ОБЕД					
Салат из моркови		50	0,75	0,06	8,50	37,00
Суп вермишелевый с картофелем и мясными фрикадельками		200/15	4,86	5,80	15,24	132,60
Плов из курицы		160	12,3	15,1	41,2	352
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:		642,5	19,81	21,46	94,74	652,60
	ПОЛДНИК					
Кондитерские изделия		30	2,30	6,00	40,00	217,00
печенье						
Кефир		120	3,50	3,00	4,80	60,20
Омлет натуральный		140	8,50	8,68	13,60	167,40
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:		498	16,16	17,93	74,69	519,48
ВСЕГО:		1685,5	48,86	54,14	237,74	1628,58
ИТОГО за 1 неделю		8746,5	243,06	270,458	1174,578	8101,73
		1749,3	48,612	54,0917	234,9157	1620,346

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 03EA12AF0BFAAD8BEA9310CBEB0D84995
Владелец: Ахметшин Ибгизар Ямалутдинович
Действителен: с 10.12.2021 по 10.12.2022