

## Меню на 9 сентября 2022

Наименование блюд						ценность
			белки	жиры	угл-ды	Ккал
	<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша "Дружба" молочная с маслом		200/5	5,20	5,80	25,20	173,80
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
<b>Итого:</b>		<b>425</b>	<b>12,42</b>	<b>15,58</b>	<b>54,21</b>	<b>407,10</b>
Фрукты свежие		100	1,00	0,00	8,10	36,40
апельсин						
<b>Итого:</b>		<b>100</b>	<b>1,00</b>	<b>0,00</b>	<b>8,10</b>	<b>36,40</b>
		<b>525</b>	<b>13,42</b>	<b>15,58</b>	<b>62,31</b>	<b>443,50</b>
	<b>ОБЕД</b>					
Огурцы свежие порционно		50	0,35	0,05	0,95	6,00
Суп картофельный с клецками с мясными фрикадельками		200/15	3,60	7,80	25,60	187,00
Биточки рубленые из рыбы		70	9,75	5,00	4,15	100,60
Пюре Картофельное		130	3,70	4,44	25,00	155,00
Компот из свежих яблок		180	0,10	0,10	11,80	48,50
Хлеб сельский		37,5	1,8	0,4	18	82,5
<b>Итого:</b>		<b>707,5</b>	<b>19,30</b>	<b>17,79</b>	<b>85,50</b>	<b>579,60</b>
	<b>ПОЛДНИК</b>					
Кондитерские изделия		10	3,00	3,00	16,00	103,00
крекер						
Молоко кипяченое		120	3,40	3,00	5,70	63,40
Салат из моркови		50	0,75	0,06	8,50	37,00
Пудинг из творога с рисом с повидлом		150	7,50	12,00	26,00	242,00
Чай с сахаром и лимоном		180/5/5	0,12	0,01	10,20	41,40
Хлеб пшеничный 1с		23	1,80	0,23	11,30	54,50
<b>Итого:</b>		<b>543</b>	<b>16,57</b>	<b>18,30</b>	<b>77,70</b>	<b>541,30</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1775,5</b>	<b>49,29</b>	<b>51,67</b>	<b>225,51</b>	<b>1564,40</b>