

Меню на 12 сентября

Наименование блюд						ценность
			белки	жиры	угл-ды	Ккал
	ЗАВТРАК					
Каша Геркулесовая молочная с маслом	200/5	6,70	7,50	22,00	182,30	
Чай с молоком,сахаром	180/5	2,60	2,30	14,30	89,00	
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4,80	7,20	15,40	146,00	
Итого:	430	14,10	17,00	51,70	417,30	
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	12,00	53,20	
яблоко						
Итого:	100	0,40	0,40	12,00	53,20	
	530	14,50	15,40	63,70	470,50	
	ОБЕД					
Салат из капусты с яблоками	50	1,00	2,30	5,00	45,00	
Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками и гренками	200/15/10	3,25	3,00	18,00	112,00	
Биточки куриные "Солнышко"	70	8,00	10,50	6,20	152,00	
Макароны отварные	130	4,80	3,60	29,40	169,20	
Напиток из урюка	180	0,6	0,0	15,0	63	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	692,5	19,45	19,83	91,60	623,20	
	ПОЛДНИК					
Шафран с яблоками	50	3,42	5,5	28	176	
Ряженка	120	4,30	3,00	5,00	64,00	
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	
Итого:	540	14,70	18,82	77,30	538,00	
ВСЕГО:	1762,5	48,65	56,05	232,60	1631,70	

Ст. мед. сестра Насибулина Г.Ф. _____

