

Меню на 13 сентября 2022г.

Наименование блюд						ценность
			белки	жиры	угл-ды	Ккал
	ЗАВТРАК					
Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	8,00	6,60	26,00	194,00	
Кофейный напиток с молоком	180	1,22	1,34	11,94	65,00	
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,30	4,50	15,40	111,00	
Итого:	420	11,52	12,44	53,34	370,00	
Сок	125	1,30	2,00	15,00	83,00	
персик-банан						
Итого:	125	1,30	2,00	15,00	83,00	
	545	12,82	14,44	68,34	453,00	
	ОБЕД					
Огурцы свежие порционно	50	0,35	0,05	0,95	6,00	
Суп крестьянский с курицей, сметаной	200/15/5	6,5	7,80	22,20	185	
Биточки рубленые из рыбы с соусом томатным	70/10	9,75	5,00	4,15	100,60	
Рис отварной	130	3,40	6,80	35,00	214,80	
Компот из сухофруктов	180	0,7	0,0	18,0	75	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	667,5	22,50	20,09	98,30	664,10	
	ПОЛДНИК					
Кондитерские изделия	10	0,50	1,90	21,00	98,00	
крекер						
Молоко кипяченое	120	3,40	3,00	5,70	63,40	
Салат из моркови с яблоками	50	0,37	2,00	4,30	37,00	
Запеканка творожная с повидлом	150/20	9,80	10,00	28,30	241,00	
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	
Итого:	563	15,99	17,14	80,80	535,30	
ВСЕГО:	1775,5	51,31	51,67	247,44	1652,40	