

УБЕРАДИО  
Закреплен МОН № 66-1/0154  
Стрелки В.И.

МЕНЮ (3-й день)

23 апреля

|                              | Наименование блюда                              | Выход блюда (гр) / энергетическая ценность (ккал) |           |       |          |
|------------------------------|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------|-----------|-------|----------|
|                              |                                                 | к 1-3 дню                                         | к 3-7 дню |       |          |
| Завтрак:<br>Притягивающий    | Яйца вареные всмятку с маслом слив.             | 140/4                                             | 211,96    | 100/5 | 224,16   |
|                              | Бутерброд с мясным салатом                      | 25/5                                              | 38,5      | 30/5  | 111,6    |
|                              | Чай с сахаром и молоком                         | 170/0                                             | 64,66     | 180/6 | 72,7     |
| 2 завтрак:<br>Притягивающий  | Фрукты свежие                                   | 100                                               | 47        | 100   | 47       |
| Обед:<br>Горячее блюдо       | Салат из квашеной капусты                       | 40                                                | 34,96     | 60    | 83,44    |
|                              | Суп картофельный с морковкой на курином бульоне | 150                                               | 85,95     | 140   | 106,34   |
|                              | Пюре из картофеля с рисом и маслом сливочным    | 150                                               | 239       | 200   | 283,55   |
|                              | Полента из гречки                               | 150                                               | 99,6      | 140   | 119,52   |
|                              | Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный                      | 35/20                                             | 12,86/47  | 45/20 | 80,16/47 |
| Полдник:<br>Посыщенный салат | Творожок                                        | 150                                               | 80,25     | 140   | 96,3     |
|                              | Пюре из картофеля                               | 35                                                | 112,35    | 75    | 112,35   |
| Ужин:<br>Каша                | Фрикадельки в соусе с овощами                   | 50                                                | 55        | 80    | 88       |
|                              | Каша гречневая молочная                         | 120                                               | 132,8     | 140   | 201,6    |
|                              | Пюре из картофеля                               | 150/5                                             | 65,15     | 180/6 | 79,34    |
|                              | Хлеб пшеничный                                  | 20                                                | 47        | 30    | 70,3     |