



Т.Н. Хайдукова

**МЕНЮ на «02» июня 2023г.**

**(2 день)**

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>1</b>	<b>Завтрак</b>					
	Бутерброд с сыром, с маслом	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10
	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200/5	5,28	6,20	37,58	203,67
	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80
	Какао с молоком	200	4,08	3,81	7,60	78,60
	Батон высший сорт	50	3,75	1,45	25,70	131,00
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>24,66</b>	<b>28,17</b>	<b>99,91</b>	<b>767,37</b>
<b>2</b>	<b>Обед</b>					
	Огурцы свежие	100	0,80	0,10	2,50	14,00
	Суп картофельный с крупой с мясом птицы	250/10	4,31	9,54	28,40	208,65
	Гуляш из говядины	50/50	14,50	22,19	4,89	271,00
	Макаронные изделия отварные	180	6,79	0,80	38,30	187,56
	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,80
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00
	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80
	<b>Итого</b>	<b>960</b>	<b>35,59</b>	<b>35,92</b>	<b>149,91</b>	<b>1033,81</b>
<b>3</b>	<b>Полдник</b>					
	Нектар плодовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>1,00</b>	<b>0,00</b>	<b>20,20</b>	<b>84,80</b>