



МЕНЮ на «08» июня 2023г.

(7 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
	Сырники творожные	180/30	8,55	5,23	28,38	208,20
	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0,13	0,02	10,20	42,00
	Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
	Батон высший сорт	50	3,75	1,45	25,70	131,00
	<b>Итого</b>	<b>635</b>	<b>19,89</b>	<b>21,29</b>	<b>99,60</b>	<b>669,60</b>
<b>2</b>	<b>Обед</b>					
	Огурцы соленые (доп. гарнир)	50	0,40	0,05	0,85	5,00
	Суп гороховый с фрикадельками из птицы и с гречками	250/11/10	3,98	6,02	20,23	179,80
	Котлеты из говядины с маслом сливочным	100/3	16,87	15,56	16,49	244,78
	Картофель запеченный дольками	200	5,44	11,76	42,16	304,00
	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>944</b>	<b>35,87</b>	<b>35,40</b>	<b>155,04</b>	<b>1086,04</b>
<b>3</b>	<b>Полдник</b>					
	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,0
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>9,60</b>	<b>107,0</b>