

ТВЕРЖДЕНО
Директор

МЕНЮ НА "23" 03 2023

9 день

Прием пищи, наименование
блюда

Масса
порции

Пищевые вещества

Белки, г

Жиры, г

Углеводы
, г

Энергетическая
ценность,
ккал

завтрак

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50\15	8,4	4,3	26,4	181,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,9	40,1
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	230\6	5,8	9,4	34,8	247,0
ЙОГУРТ 2,5%	125	4,0	3,1	5,0	63,8
итого завтрак		18,3	16,8	76,1	531,9

обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ИЗЮМОМ	60	0,8	3,5	9,4	73,0
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200\5	1,8	2,8	12,6	82,9
КОТЛЕТЫ РУБЛИНЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С КУРИЦЕЙ	80\30	9,6	13,6	5,2	182,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200\7	7,3	5,6	44,5	262,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,9	40,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,0	0,0	12,0	58,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,3	0,0	16,0	79,8
итого обед		29,5	31,9	117,5	904,2
всего за день		47,8	48,7	193,6	1 436,1

повар: БМ Бермеев МВ

ТВЕРЖДЕНО