

УТВЕРЖДЕНО

Директор

МЕНЮ НА " 26 " 01 2023

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

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 БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,5	3,6	7,4	67,0
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		30,2	32,0	115,5	898,2
всего за день		48,5	48,8	191,6	1 430,1

повар:

Б-А Бепиченко ЛВ