

УТВЕРЖДАЮ
Директор

МЕНЮ НА "16"

4 день

02

2023



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

завтрак

ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	180	18,2	18,2	17,6	312,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,0	13,7	53,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	8,6	23,5	119,0
ФРУКТЫ / ЯБЛОКО/	100	0,4	0,4	9,8	47,0
итого завтрак		22,1	27,2	64,6	531,0

обед

ЩИ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО	250\10	2,1	5,6	7,3	88,0
САЛАТ ЗДОРОВЬЕ	80	1,3	5,9	4,6	76,0
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	100\40	13,6	11,6	15,1	219,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	180\5	10,6	6,8	46,3	312,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ С\Ф	200	0,0	0,0	19,4	77,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,0	0,0	12,0	58,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,3	0,0	16,0	79,8
итого обед		32,9	29,9	104,7	911,0
всего за день		55,0	57,1	169,3	1 442,0

повар: БН Бенетис МН