

МЕНЮ "15" ноября 2021 Г.

6 день

| Прием пищи,<br>наименование блюда | ВЫХОД<br>д<br>блюд<br>а | Пищевые вещества |            |                 | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-----------------------------------|-------------------------|------------------|------------|-----------------|-------------------------------------|
|                                   |                         | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г | Углево<br>ды, г |                                     |

Завтрак

|                                         |       |      |      |      |       |
|-----------------------------------------|-------|------|------|------|-------|
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                          | 10    | 2,4  | 3,0  | 0,0  | 37,5  |
| ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ С<br>ТОМАТНЫМ СОУСОМ | 60/40 | 8,6  | 9,5  | 6,8  | 147,4 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                       | 200   | 4,5  | 5,5  | 30,4 | 189,1 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И<br>ЛИМОНОМ              | 200   | 0,1  | 0,0  | 10,0 | 42,0  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 40    | 2,7  | 0,0  | 18,6 | 94,4  |
| итого за завтрак                        |       | 18,2 | 18,1 | 65,8 | 510,5 |

обед

|                                             |        |      |      |       |         |
|---------------------------------------------|--------|------|------|-------|---------|
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ<br>КАПУСТЫ            | 60     | 1,3  | 3,0  | 6,8   | 60,0    |
| СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ<br>БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 250/5  | 2,2  | 5,1  | 15,8  | 118,3   |
| ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С<br>ТОМАТНЫМ СОУСОМ         | 60/40  | 7,3  | 6,5  | 7,1   | 111,9   |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ<br>С МАСЛОМ           | 180/10 | 5,4  | 9,4  | 24,2  | 202,8   |
| КИСЕЛЬ С<br>ВИТАМИНИЗАЦИЕЙ                  | 200    | 0,0  | 0,0  | 12,0  | 128,0   |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 35     | 2,8  | 0,0  | 16,8  | 82,6    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 40     | 3,2  | 0,0  | 16,0  | 80,0    |
| итого за обед                               |        | 22,2 | 24,0 | 98,7  | 783,7   |
| всего за день                               |        | 40,4 | 42,1 | 164,5 | 1 294,2 |

повар: Евдокимов В. И.