

УТВЕРЖДЕНО

Директор



МЕНЮ НА " 21 " 02 2023
7 день

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

завтрак

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60\15	8,4	4,3	26,4	181,0
ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200	1,5	1,6	15,8	81,0
ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	300	25,4	25,2	50,3	533,0
итого завтрак		35,3	31,1	92,5	795,0

обед

САЛАТ СВЕКОЛКА С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	100	1,3	5,9	4,8	95,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАК. ИЗДЕЛ НА КБУЛЬОНЕ	250	2,7	2,6	18,9	111,0
РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	160	22,5	10,9	5,5	209,0
КИСЕЛЬ ПЛОДОВЫЕ ЯГОДЫ	150	0,0	0,0	10,0	119,0
РИС ОТВАРНОЙ	230\8	5,2	6,8	49,0	283,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,4	114,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,4	17,0	81,6
итого обед		38,1	28,5	130,8	1 013,4
всего за день		73,4	59,6	223,3	1 808,4

повар:

Б.А.

Бенникова М.В.

УТВЕРЖДЕНО

