

Утверждаю

Начальник ЛДП

Камалова Ф.Ф.



Меню на 13 июня 2024г.

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергет цен (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
193	каша рисовая молочная жидкая	185	4,5	7,2	27,6	194
1	бутерброд с маслом	30/10	2,4	8,6	14,6	146
283	чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35
0	фрукты свежие (яблоко)	100	2,52	0,52	12,74	71
итого за завтрак		525	9,52	16,32	64,04	446
обед						
15	салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,59	3,69	2,24	44,52
ДО7ДЛ19	суп картофельный с макарон.изделиями	200	2,13	2	15,07	89
96	гуляш из отварной говядины	60/50	16,9	17,5	3,7	240
173	каша гречневая рассыпчатая	185	10,4	6,8	45,4	288
294	компот из сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121
0	хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,43	0,3	14,64	72,6
0	хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88
	вода питьевая (бутилированная вода)	200	0	0	0	0
итого за обед		915	36,15	30,79	130,65	943,12
итого за день		1440	45,67	47,11	194,69	1389,12

Шеф -повар Шархмуллина И.А.