

МЕНЮ "27" октября

2021 Г.

3 день

Прием пищи, наименование блюда	ВЫХО Д блюдо а	Пищевые вещества			Энергет и-ческая ценност ь, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	

Завтрак

БИТОЧКИ МЯСНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	60/40	9,2	14,0	7,5	192,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200/5	7,5	4,9	47,6	264,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,0	23,4	118,6
итого за завтрак		20,1	18,8	88,2	614,7

обед

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	1,7	6,1	12,0	109,9
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	50/50	9,9	8,3	2,0	115,9
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	4,3	8,6	44,9	274,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,0	14,3	70,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,2	0,0	16,0	80,0
итого за обед		21,6	23,0	99,0	690,1
всего за день		41,6	41,9	187,3	1 304,8

повар: Шафаринкова/ З.И.И