

УТВЕРЖДАЮ
Директор



31 " 01 2023

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
завтрак					
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	8	0,0	6,6	0,1	59,8
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	4,1	6,6	26,9	186,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,9	40,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	8,6	23,5	119,0
КОТЛЕТЫ РУБЛИНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	13,5	19,3	14,0	286,0
ФРУКТЫ (ЯБЛОКИ)	100	0,4	0,4	9,8	47,0
итого завтрак		21,4	41,2	83,9	738,9

обед

САЛАТ СТУДЕНЧЕСКИЙ	80	3,0	8,4	4,9	107,0
БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФ. СО СМЕТАНОЙ	250\10	1,9	5,5	12,0	105,0
ОТВАРНЫЕ С СЛИВ. МАСЛОМ	200\7	7,3	5,6	44,5	262,0
РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	140	20,2	9,5	4,6	184,0
КИСЕЛЬ ПЛОДОВЫЕ ЯГОДЫ	150	0,0	0,0	10,0	119,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,0	0,0	12,0	58,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,3	0,0	16,0	79,0
итого обед		37,7	29,0	104,0	915,0
всего за день		65,8	76,1	187,0	1 239,0

повар: Б.А. Бермачев А.З.