

всего за день	37,7	41,9	165,9	1 216,5
---------------	------	------	-------	---------

ст.повар: _____ / _____ /

Меню " 9 " сентября 2021

Прием пищи, наименование блюда	выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Б	Ж	У	

завтрак

ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	50/40	7,2	10,3	6,3	145,9
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	130/4	3,9	4,2	17,7	124,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,7	3,4	1,8	52,5
ЙОГУРТ	95	2,6	2,3	4,2	52,1
итого за завтрак		17,4	20,2	39,7	414,5

обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С РАСТ, МАСЛОМ	60	0,8	4,9	4,8	66,5
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	2,3	4,6	11,4	95,4
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	11,4	13,7	21,7	256,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	2,8	0,0	16,9	82,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,2	0,0	16,0	80,0
итого за обед		20,5	23,2	80,5	620,4
всего за день		37,9	43,4	120,3	1 034,8

ст.повар: Шарафидинов З.М.