

Утверждаю

Начальник ЛДП

Камалова Ф.Ф.



Меню на 18 июня 2024г.

| № рец            | Прием пищи, наименование блюда           | масса порции | Пищевые ценности (г) |       |        | энергет цен (ккал) |
|------------------|------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------|
|                  |                                          |              | Б                    | Ж     | У      |                    |
| завтрак          |                                          |              |                      |       |        |                    |
| 194              | каша пшенная молочная жидкая             | 185          | 6,5                  | 8     | 30,7   | 221                |
| 283              | чай с сахаром                            | 200          | 0,1                  | 0     | 9,1    | 35                 |
| 3                | бутерброд с сыром                        | 30/10        | 5                    | 3     | 14,5   | 107                |
| 0                | фрукты свежие (яблоко)                   | 100          | 2,52                 | 0,52  | 12,74  | 71                 |
|                  | мороженое натуральное                    | 80           | 7,76                 | 7,84  | 24,64  | 168                |
| итого за завтрак |                                          | 605          | 21,88                | 19,36 | 91,68  | 602                |
| обед             |                                          |              |                      |       |        |                    |
| 13               | салат из свежих помидоров                | 60           | 0,52                 | 2,7   | 2,7    | 38,25              |
| ДО7ДО19          | суп картофельный с бобовыми и гренками   | 200          | 6                    | 3,47  | 23,6   | 152                |
| 19**             | котлеты рыбные с соусом                  | 60/30        | 9,72                 | 4     | 9      | 108                |
| 212              | макаронные изделия                       | 180/5        | 6,6                  | 4,7   | 39,4   | 230                |
| 311              | кисель витаминизированный из концентрата | 200          | 0                    | 0     | 3,9    | 16                 |
| 0                | хлеб пшеничный                           | 40           | 3,17                 | 0,96  | 26,72  | 95,2               |
| 0                | хлеб ржаной                              | 30           | 2,48                 | 0,45  | 12,53  | 65,17              |
|                  | вода питьевая (бутилированная вода)      | 200          | 0                    | 0     | 0      | 0                  |
| итого за обед    |                                          | 1005         | 28,49                | 16,28 | 117,85 | 704,62             |
| итого за день    |                                          | 1610         | 50,37                | 35,64 | 209,53 | 1306,62            |

Шеф -повар Шархмуллина И.А.