

УТВЕРЖДЕНО

Директор: _____

МЕНЮ НА "

5

"

04

2023

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

завтрак

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60/15	8,4	4,3	26,4	181,0
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	250\8	9,1	11,2	42,1	307,0
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	1,5	1,6	15,8	81,0
ЙОГУРТ 2,5%	125	4,0	3,1	5,0	63,8
ИТОГО ЗАВТРАК		21,7	18,7	87,4	606,8

обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	100	1,7	8,0	8,3	116,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ(РИС) НА М.К БУЛЬОНЕ	300	3,2	2,6	19,3	113,0
КОТЛЕТА ЗДОРОВЬЕ	120	18,0	14,8	8,4	240,0
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	16,2	66,3
ОВОЩНОЕ РАГУ	250	4,8	12,4	21,9	219,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,4	114,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого обед		34,2	38,7	115,5	950,6
Всего за день		55,9	57,4	202,9	1 557,4

повар: _____

51

Венедикт М В