

УТВЕРЖДЕНО

Директор



МЕНЮ НА "

9

"

02

2023

9 день

| Прием пищи, наименование блюда         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |  |
|----------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--|
|                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |  |
| завтрак                                |              |                  |         |             |                               |  |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ                      | 50\15        | 8,4              | 4,3     | 26,4        | 181,0                         |  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                          | 200          | 0,1              | 0,0     | 9,9         | 40,1                          |  |
| КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ                  | 230\6        | 5,8              | 9,4     | 34,8        | 247,0                         |  |
| ЙОГУРТ 2,5%                            | 125          | 4,0              | 3,1     | 5,0         | 63,8                          |  |
| итого завтрак                          |              | 18,3             | 16,8    | 76,1        | 531,9                         |  |
| обед                                   |              |                  |         |             |                               |  |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ          | 100          | 1,5              | 3,6     | 7,4         | 67,0                          |  |
| СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ                 | 200\5        | 1,8              | 2,8     | 12,6        | 82,9                          |  |
| КОТЛЕТЫ РУБЛИНЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С КУРИЦЕЙ | 80\30        | 9,6              | 13,6    | 5,2         | 182,0                         |  |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ            | 200\7        | 7,3              | 5,6     | 44,5        | 262,0                         |  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                          | 200          | 0,1              | 0,0     | 9,9         | 40,1                          |  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 25           | 2,0              | 0,0     | 12,0        | 58,8                          |  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 40           | 3,3              | 0,0     | 16,0        | 79,8                          |  |
| итого обед                             |              | 30,2             | 32,0    | 115,5       | 898,2                         |  |
| всего за день                          |              | 48,5             | 48,8    | 191,6       | 1 430,1                       |  |

повар:

Б.А.

Бенеченко Л.В.