УТВЕРЖДЕНО
Директор_____

МЕНЮ НА "21" 03 2023

7 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
ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200	1,5	1,6	15,8	81,0
ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	300	25,4	25,2	50,3	533,0
итого завтрак		**35,3**	**31,1**	**92,5**	**795,0**
обед					
САЛАТ СВЕКОЛКА С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	100	1,7	8,0	8,3	116,0
СУП КАТОФЕЛЬНЫЙ С МАК. ИЗДЕЛ НА К\БУЛЬОНЕ	250	2,7	2,6	18,9	111,0
РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	160	22,5	10,9	5,5	209,0
КИСЕЛЬ ПЛОДОВЫЕ ЯГОДЫ	150	0,0	0,0	10,0	119,0
РИС ОТВАРНОЙ	230\8	5,2	6,8	49,0	283,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,4	114,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0.4	17,0	81,6
итого обед		**38,5**	**29,1**	**133,1**	**1 034,4**
всего за день		**73,8**	**60,2**	**225,6**	**1 829,4**

повар: 51 Беспеченко М.В

УТВЕРЖДЕНО