

УТВЕРЖДАЮ

Директор:

МЕНЮ НА

3 день

15 "

02

2023

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	
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	230\6	8,4	10,3	38,8	282,0	
ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200	1,5	0,0	13,7	53,0	
ЙОГУРТ 2,5%	125	4,0	3,1	5,0	63,8	
ИТОГО ЗАВТРАК		17,0	14,6	79,1	518,0	
обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	80	1,0	5,9	4,8	76,0	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (пшено НА М.К БУЛЬОНЕ	250	2,7	2,6	19,3	113,0	
ОТЛЕТА ЗДОРОВЬЕ	100	15,0	12,3	7,0	200,0	
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	16,2	66,3	
ОВОЩНОЕ РАГУ	230	4,5	11,5	20,2	202,2	
ЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,4	114,0	
ЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,4	17,0	81,6	
Итого обед		28,6	32,4	95,5	795,9	
Итого за день		46,6	47,0	174,6	1 313,9	

повар:

БМ

Бенитенко МВ