

УТВЕРЖДЕНО

Директор

МЕНЮ НА " 3 " 02 2023

5 день

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

завтрак

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,9	3,3	30,1	178,1
МАКАРОНЫ С ТВЕРДЫМ СЫРОМ	230	10,3	16,3	38,1	341,8
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2	0,1	13,9	55,0
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,8	0,3	9,3	47,5
итого завтрак		21,0	23,3	95,4	687,6

обед

ВЕНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,4	2,3	7,7	57,0
картофельное пюре	200	4,1	6,6	26,9	186,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	300	8,7	5,0	23,4	172,2
ГУЛЯШ ИЗ МГОВ	75\30	20,2	18,7	2,8	260,0
КИСЕЛЬ ВИТОШКА	200	0,0	0,0	24,0	95,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,4	114,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,4	17,0	81,6
итого обед		41,4	34,1	130,0	995,4
всего за день		62,4	57,4	225,4	1 683,0

повар:

Б1

Бенченко ИВ