

СОГЛАСОВАНО:

Директор

МЕНЮ НА "

20 "

01

2023

5 день

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г	
завтрак						
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,9	3,3	30,1	178,1
	МАКАРОНЫ С ТВЕРДЫМ СЫРОМ	190	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			18,2	20,0	91,4	622,4
обед						
	ВЕНЕЦ 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 МЯС	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			40,8	33,4	126,2	966,4
всего за день			59,0	53,4	217,6	1 588,8

повар:

Б

Беличенко М В

СОГЛАСОВАНО: