



Федеральный научный центр
безопасности и качества
пищевых продуктов

МЕНЮ
МФУ СДП с 1-го

на 18.11.2022

№	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества		Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры		

Завтрак по 4-му
блюдам

№	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества		Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры		
1	Картофель вареный пюре	150	1,06	11,42	13,0	116
2	Творог из обезжиренного с высоким содержанием белка	60/40	0,7	1,65	0,5	13
3	Йогурт из обезжиренного и сахара	200	2,4	1,8	9,8	61
4	Хлеб пшеничный	50	2,41	1,75	12,5	100
5	Чай зеленый					0
6	Сливки индивидуальной упаковки	200	2	1,4	10,2	100
7	Яблоко	150	1,15	1,3	12,2	78

Обед с 1-го блюда с 1-го

№	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества		Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры		
1						
2	Борщ с капустой и сметаной	230/5	3,07	10,73	46	281
3	Макароны отварные с маслом	120	4,25	3,21	26,78	174
4	Орешки из птицы в томатном соусе	60/40	10,5	10,8	5,16	99
5	Пудинг яблочный	200	0,1	0,4	5,1	43
6	Хлеб пшеничный	65	1,64	1,3	13,2	114
7	Хлеб ржаной	40	3,47	1,33	17,07	100

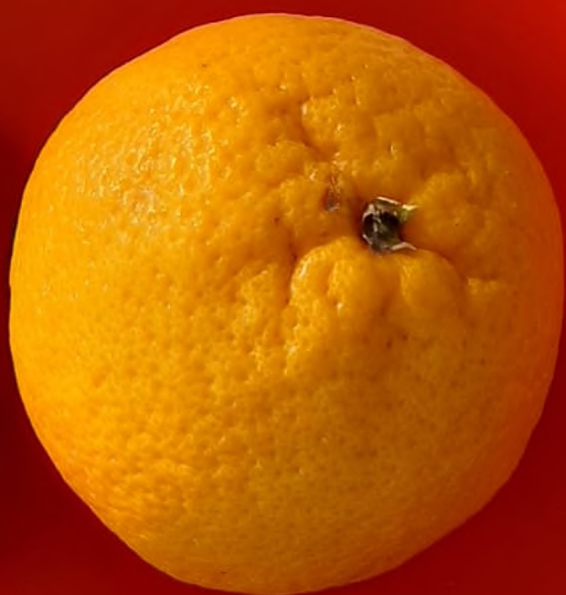
Итого по

Энергетическая ценность питания за день по категориям

ЗАВТРАК



2 ЗАВТРАК.
с 1-4 кл, дети ОБЗ.



OFF 7

