



# Меню

На 06 МАЯ 2022г.



|               | Наименование блюда                    | Масса порции | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------|---------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
|               |                                       |              | Б                    | Ж            | У             |                                |
| Завтрак       | Каша вязкая манная молочная           | 200          | 6,22                 | 8,3          | 24,36         | 196,0                          |
|               | Кофейный напиток с молоком            | 180          | 1,5                  | 1,6          | 12,1          | 60,0                           |
|               | Бутерброд с маслом                    | 30/6/11      | 4,84                 | 8,38         | 14,63         | 156,00                         |
|               | <b>ИТОГО</b>                          |              | <b>12,56</b>         | <b>18,28</b> | <b>14,63</b>  | <b>412</b>                     |
| гп            | ГРУША                                 | 100          | 0,2                  | 0,1          | 10,10         | 46,00                          |
|               | <b>ИТОГО</b>                          |              | <b>0,2</b>           | <b>0,1</b>   | <b>10,10</b>  | <b>46,00</b>                   |
| Обед          | Свекольник из мяса курицы             | 250          | 3,52                 | 5,98         | 9,78          | 117,0                          |
|               | Закуска овощная из моркови с чесноком | 60           | 0,77                 | 3,06         | 4,2           | 47                             |
|               | Плов из мяса говядины                 | 250          | 3,82                 | 8,02         | 15,6          | 159,0                          |
|               | Кисель                                | 200          | 0,00                 | 0,00         | 18,0          | 60,0                           |
|               | Хлеб пшеничный                        | 40           | 3,2                  | 0,4          | 19,28         | 94,4                           |
|               | <b>ИТОГО</b>                          |              | <b>11,31</b>         | <b>17,46</b> | <b>66,86</b>  | <b>477,4</b>                   |
|               | Полдник                               | Ватрушка     | 70                   | 6,48         | 4,96          | 39,39                          |
| Чай с сахаром |                                       | 160          | 4,64                 | 5,12         | 6,4           | 94,4                           |
| <b>ИТОГО</b>  |                                       |              | <b>11,12</b>         | <b>10,08</b> | <b>45,79</b>  | <b>112,7</b>                   |
| Ужин          | Запеканка творожная                   | 140          | 9,2                  | 12,18        | 5,19          | 165,0                          |
|               | Хлеб                                  | 30           | 2,4                  | 0,3          | 14,46         | 70,8                           |
|               | Чай с сахаром                         | 180/12       | 0,8                  | 1            | 13,58         | 56,0                           |
|               | <b>Итого</b>                          |              | <b>12,4</b>          | <b>13,48</b> | <b>33,23</b>  | <b>291,8</b>                   |
|               | <b>Итого за день</b>                  |              | <b>47,59</b>         | <b>59,4</b>  | <b>170,61</b> | <b>1339,9</b>                  |

