



Меню

«Утверждаю»

Заведующий

Е.В. Молтянская



На 19 МАЯ 2022г.



	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,85	5,81	19,99	155,0	
	Какао с молоком	180	1,5	1,50	12,5	58,0	
	Бутерброд с маслом и сыром	30/6/1	4,84	8,38	14,63	156	
	ИТОГО		12,19	15,69	47,12	369,0	
ГП	Фрукт – ЯБЛОКО	120	0,43	0,43	10,34	49/64	
	ИТОГО		0,43	0,43	10,34	49/64	
Обед	Суп «Харчо» с курицей и со сметаной.	250/106	4,16	5,8	19,69	143,8	
	Тефтели рыбные	70	8,98	9,49	7,31	150,5	
	Соус красный основной	50	0,69	1,95	3,09	31,0	
	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	24,1	118,0	
	Кукуруза с луком и маслом	60	1,11	3,08	4,04	48	
	Напиток из кураги и чернослив	200	0,24	0,1	18,33	100,0	
	Картофельное пюре	160	3,06	11,86	15,09	184,62	
	ИТОГО		21,55	32,78	91,65	775,62	
	Полдник	ВАФЛИ	30	0,9	1,2	21,0	87,18
		Чай с сахаром	160	4,64	5,12	6,4	94,4
ИТОГО			4,18	6,14	27,4	181,58	
Ужин	Омлет	80/15	16,0	11,3	13,0	130,0	
	Хлеб	30	2,4	0,3	14,46	70,8	
	Чай с лимоном	180/12/5	0,04	0,00	12,13	47,0	
	Итого		18,44	11,6	51,19	330,8	
Итого за день			56,79	66,64	227,7	1706,64	

