



# Меню

«Утверждаю»

Заведующий

 Е.В. Молтянская



На 24 МАРТА 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	30/6/1	4,84	8,38	14,63	156
	<b>ИТОГО</b>		<b>12,19</b>	<b>15,69</b>	<b>47,12</b>	<b>369,0</b>
ГП	Фрукт – БАНАН	120	0,43	0,43	10,34	49/64
	<b>ИТОГО</b>		<b>0,43</b>	<b>0,43</b>	<b>10,34</b>	<b>49/64</b>
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
	<b>ИТОГО</b>		<b>21,55</b>	<b>32,78</b>	<b>91,65</b>	<b>775,62</b>
Полдник	ВАФЛИ	30	0,9	1,2	21,0	47,18
	Чай с сахаром	160	4,64	5,12	6,4	94,4
	<b>ИТОГО</b>		<b>4,18</b>	<b>6,14</b>	<b>27,4</b>	<b>181,58</b>
Ужин	Омлет	80/15	16,0	11,3	13,0	133,00
	Хлеб	30	2,4	0,5	14,46	70,8
	Чай с лимоном	180/12/5	0,04	0,00	12,13	47,0
	<b>Итого</b>		<b>18,44</b>	<b>11,6</b>	<b>51,19</b>	<b>330,8</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>56,79</b>	<b>66,64</b>	<b>227,7</b>	<b>1706,64</b>

