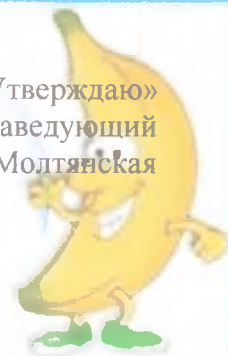




# Меню

«Утверждаю»  
Заведующий  
Е.В.Молтянская



На 12 Января 2022г.

	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>	Каша вязкая пшеничная молочная	200	7,02	8,92	27,41	217,0	
	Кофейный напиток с молоком	180	1,5	1,5	12,5	58,0	
	Бутерброд с маслом	30/6	2,31	5,19	14,63	116	
	<b>ИТОГО</b>		<b>10,83</b>	<b>15,61</b>	<b>54,54</b>	<b>391,0</b>	
<b>ГП</b>	Сок	100	0,2	0,1	10,10	46,0	
	<b>ИТОГО</b>		<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46,0</b>	
<b>Обед</b>	Щи из свежей капусты, с мясом курицы и со сметаной	250/106	3,68	7,07	8,58	118,0	
	Биточки из говядины	80	11,76	9,76	8,48	166,86	
	Соус красный основной	50	0,69	1,95	3,09	31,0	
	Свекла отварная с чесноком						
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,28	94,4	
	Гарнир из макаронных изделий	200/1	12,00	4,71	30,75	238,0	
	Напиток из свежих фруктов (яблок, груш)	180	0,00	0,00	23,28	99,0	
	<b>ИТОГО</b>		<b>31,33</b>	<b>23,89</b>	<b>93,46</b>	<b>738,26</b>	
	<b>Полдник</b>	Печенье	30	0,9	1,2	21,00	87,18
		Чай с сахаром	180/12	0,00	0,00	11,98	49,0
<b>Итого</b>			<b>0,9</b>	<b>1,2</b>	<b>32,98</b>	<b>130,18</b>	
<b>Ужин</b>	Суп - Уха	200/25	9,16	14,78	51,15	366,62	
	Чай с сахаром	180	1,5	1,6	12,1	60,0	
	Хлеб	40	3,2	0,4	19,28	94,4	
	<b>Итого</b>		<b>15,86</b>	<b>16,08</b>	<b>82,53</b>	<b>521,02</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>57,09</b>	<b>56,88</b>	<b>273,61</b>	<b>1826,46</b>	

