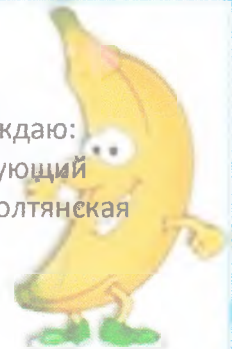




Меню *оп*

Утверждаю:
Заведующий
Е.В. Молтянская



На 14 Января 2021г.

	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
	ИТОГО		12,56	18,28	14,63	412
ГП	Фрукт - Яблоко	100	0,2	0,1	10,10	46,00
	ИТОГО		0,2	0,1	10,10	46,00
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
	ИТОГО		11,31	17,46	66,86	477,4
Полдник	Ватрушка с изюмом	70	6,48	4,96	39,39	18,3
	Снежок	160	4,64	5,12	6,4	94,4
	ИТОГО		11,12	10,08	45,79	112,7
Ужин	Запеканка творожная	140	9,2	12,18	5,19	165,0
	Хлеб	30	2,4	0,3	14,46	20,8
	Чай с сахаром	180/12	0,8	1	13,58	56,0
	Итого		12,4	13,48	33,23	241,8
	Итого за день		47,59	59,4	170,61	1339,9

