



Меню

«Утверждаю»

Заведующий

Е.В. Молтянская Е.В. Молтянская



На 27 Января 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	Печенье	30	0,9	1,2	21,0	87,18
		Йогурт	160	4,64	5,12	6,4	94,4
ИТОГО			4,18	6,14	27,4	181,58	
Ужин	Суп с яичной лапшой	80/15	16,0	11,3	13,0	213X00	
	Хлеб	30	2,4	0,3	14,46	70,8	
	Чай с лимоном	180/12/5	0,04	0,08	12,13	47,0	
	Итого		18,44	11,6	51,19	330,8	
	Итого за день		56,79	66,64	227,7	1706,64	

