Меню

Утверждаю:
Заведующий
Е.В. Молтянская

На 30 Января 2024г.

	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Макаронные изделия запеченные с сыром	150	7,88	8,83	35,88	259,0
	Кофейный напиток с молоком	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Бутерброд с маслом	30/6	2,31	5,19	14,63	116,00
	ИТОГО		**10,19**	**14,02**	**50,51**	**375**
ГП	Мандарин	100	0,2	0,1	10,10	46,00
	ИТОГО		**0,2**	**0,1**	**10,10**	**46,00**
Обед	Закуска «Горошек зеленый отварной с луком и маслом»	60	8,3	7,08	0,91	101,0
	Борщ с мясом курицы со сметаной.	250/1	4,1	7,16	20,93	145,0
	Гуляш из мяса говядины	80	6,57	5,09	4,79	91,01
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,28	94,4
	Гречка отварная с маслом	150	3,05	5,24	18,06	142,0
	Кисель	200	0,00	0,00	18,0	60,0
	Итого		**25,22**	**24,97**	**81,97**	**633,41**
Полдник	Печенье	30	0,9	1,2	21,0	87,18
	ЙОГУРТ	160	4,64	5,12	6,64	94,4
	ИТОГО		**5,54**	**6,32**	**27,64**	**181,58**
УЖИН	«Суп – Уха»	200/25	9,16	14,08	51,15	366,62
	Чай с сахаром	180	1,5	1,5	12,1	60,0
	Хлеб	50	2,8	0,6	24,7	116,0
	ИТОГО		**13,46**	**16,28**	**87,95**	**542,62**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**54,61**	**61,69**	**258,17**	**1778,61**