

Утверждаю Директор Ж.В. Лебедев

МЕНЮ

7-11 постоянные на 20 мая 2024 г.



№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена	Пищевые вещества (г)			Ккал
				Б	Ж	У	

Второй завтрак

433	Какао с молоком	200	7,55	3,3865	3,5006	15,8955	94,7394
3	бутерброд с сыром..	50	16,41	5,7805	5,8448	20,774	62,0566
		Всего:	23,95	9,1670	9,3454	37,3804	156,7960

Обед

45	салат картофельный с сельдью	100	11,47	4,3591	8,1414	11,1569	135,6712
82	Борщ с капустой и картофелем	250	7,03	2,1151	6,1666	13,3214	118,2952
292	фрикадельки из говядины паровые	120	64,81	18,4727	13,8504	27,7962	281,4879
331	соус сметанный с томатом	25	2,02	0,3782	1,2529	1,3921	18,6820
323	Каша рисовая рассыпчатая_2	150	10,15	3,6939	5,2582	38,4967	125,3168
394	Компот из свежих плодов	200	2,69	0,1408	0,1408	10,4402	44,4924
	Хлеб ржаной	30	1,57	1,8000	0,3000	11,8500	58,5000
	хлеб пшеничный.....	50	2,36	3,8007	0,4001	24,6046	117,5219
		Всего:	102,09	34,7606	34,5102	139,040	900,000

Полдник

338	яблоко ...	100	5,00	0,4000	0,4000	9,8000	47,0000
349	Компот из смеси сухофруктов	200	2,88	0,4400	0,2000	18,7906	78,5484
222	пудинг из творога (запечённый с молоком сгущённым	120/30	57,05	25,4018	17,1533	35,6487	402,6963
		Всего:	64,92	26,2418	17,7533	64,2393	528,2447

Ужин

54	ИКРА МОРКОВНАЯ	100	7,72	2,4238	3,1073	12,1788	89,1902
229	Рыба тушённая в томате с овощами...	120	39,85	18,4811	6,0258	5,9554	153,4741
312	Пюре картофельное ..	150	11,48	3,3034	5,5403	22,0623	152,2165
389	Сок фруктовый	200	6,41	1,0000	0,2000	20,2000	92,0000
	Хлеб пшеничный	20	0,94	1,5203	0,1600	9,8418	47,0088
	Хлеб ржаной 20	20	1,04	1,2000	0,2000	7,9000	39,0000
		Всего:	67,43	27,9286	15,2334	78,1383	572,8894

Второй ужин

386	кефир	200	13,80	5,6000	6,4000	8,2000	112,0000
		Всего:	13,80	5,6000	6,4000	8,2000	112,0000
		Итого:	272,21	103,6980	92,2423	298,0461	2460,8975

Шеф-повар Габриловская С.Н.