

Утверждаю Директор Ж.В. Лебедь

МЕНЮ

7-11 постоянные на 23 мая 2024 г.



№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена	Пищевые вещества (г)			Ккал
				Б	Ж	У	
Завтрак							
181	каша жидкая молочная из манной крупы	150	9,43	3,1516	6,4908	15,4592	134,3761
1	бутерброд с маслом.	50	11,85	2,9754	10,5624	18,5765	181,9943
338	яблоко ...	100	5,00	0,4000	0,4000	9,8000	47,0000
433	Какао с молоком	200	7,55	3,3860	3,5001	11,8926	94,7210
		Всего:	33,82	9,9130	20,9532	55,7283	458,0914
Второй завтрак							
385	молоко кипячёное	200	13,50	5,8001	6,4001	9,4002	122,0020
		Всего:	13,50	5,8001	6,4001	9,4002	122,0020
Обед							
	овощи натуральные по сезону..	100	11,00	1,0888	0,1980	3,7612	23,7552
96	рассольник ленинградский	250	6,80	2,2860	5,3851	16,9323	125,9843
309	Рагу из птицы	200	40,69	16,6637	19,4015	19,8893	319,0327
389	Сок фруктовый	200	6,34	1,0000	0,2000	20,2000	92,0000
	хлеб пшеничный..	80	3,78	6,0804	0,6400	39,3629	188,0139
	хлеб ржаной..	75	3,91	4,5000	0,7500	29,6250	146,2500
		Всего:	72,53	31,6189	26,5746	129,7707	895,0361
Полдник							
338	яблоко ...	100	5,00	0,4000	0,4000	9,8000	47,0000
430	Чай с сахаром	200	0,94	0,2000	0,0510	7,1385	27,9400
219	сырники из творога с повидлом	130/20	47,81	24,6135	15,2759	35,0639	379,0455
		Всего:	53,75	25,2135	15,7269	52,0024	453,9855
Ужин							
35	Салат из белокачанной капусты с морковью	100	4,63	1,5520	3,0860	5,2014	55,7818
257	котлеты рыбные паровые	100	36,42	17,1568	3,2299	5,8331	121,5139
331	соус сметанный с томатом	25	2,02	0,3772	1,2485	1,3894	18,6254
323	Каша рисовая рассыпчатая	150	10,15	3,6934	5,2554	38,4915	216,2696
377	Чай с лимоном	200/7/7	2,70	0,2631	0,0580	7,3488	30,3236
	хлеб пшеничный..	40	1,89	3,0402	0,3200	19,6815	94,0069
	хлеб ржаной...	35	1,83	2,1000	0,3500	13,8250	68,2500
		Всего:	59,64	28,1826	13,5479	91,7706	604,7713
Второй ужин							
386	ряженка..	200	19,49	5,6000	6,4000	7,6000	110,0000
		Всего:	19,49	5,6000	6,4000	7,6000	110,0000
		Итого:	252,73	106,3282	89,6027	346,2722	2643,8863

Шеф-повар Григорьевская С.Н.