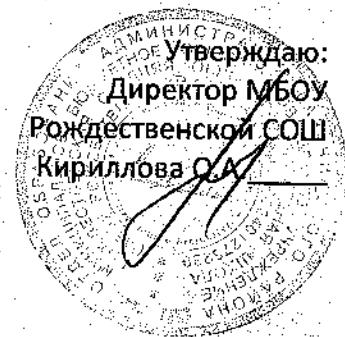


Меню

17 марта 2022 года

Завтрак							
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	11 и старше	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя: первая День: четверг							
	160	Суп молочный с макаронными изделиями сливочным маслом	300 гр.	6,8	5,9	24,5	179,8
	693	Какао	200 гр.	4,9	5	32,5	380
		Хлеб	30 гр.	2,04	0,39	13,56	60,3
Итого за завтрак			530 гр.	13,74	11,29	70,56	620,1
Горячий завтрак							
	181	Суп рыбный	300 гр	10,32	10,08	17,19	201
		Тефтели мясные	100 гр.	6,6	5,3	12,1	142,4
	511	Рис отварной	200 гр.	5	8,2	51,4	304
	639	Компот	200 гр.	0,6	0	30,4	124
		Хлеб	60 гр.	4,08	0,78	27,12	120,6
Итого за горячий завтрак			860 гр.	26,6	24,36	138,21	892

Составил: Л.С.Ильина



Меню

18 марта 2022 года

Завтрак

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	7-11	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя: первая День: пятница							
	337	Яйцо отварное	40 гр.	5,1	4,6	0,3	63
	692	Кофейный напиток	200 гр.	5,58	6,38	39,42	237,38
		Хлеб	30 гр.	2,04	0,39	13,56	60,3
Итого за завтрак			270 гр.	12,72	11,37	53,28	360,68
				Горячий завтрак			
	71	Винегрет	100 гр.	0,49	5,98	5,1	93
	124	Щи со сметаной	250 гр.	2	4,3	10	88
	437	Гуляш мясной	100 гр.	13,56	4,59	2,8	198,6
	520	Картофельное пюре	200 гр.	4,2	9	29,2	218
	705	Напиток шиповника	200 гр.	0,4	0,2	23,8	97,76
		Мандарин	100 гр.	0,8	0,2	7,5	38
		Хлеб	60 гр.	4,08	0,78	27,12	120,6
Итого за горячий завтрак			1010 гр.	25,53	25,05	105,52	853,96

Составил: Л.С.Ильина

Л.С.Ильина