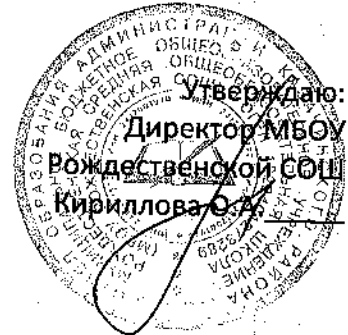


Меню

05 октября 2022 года

| Завтрак | | | | | | | |
|---------------------------------|-------------|-----------------------------------|-------------|------------------|-------|----------|-------------------------|
| Приём пищи | № рецептуры | Наименование блюда | 11 и старше | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Неделя: первая День: среда | | | | | | | |
| | 302 | Каша молочная со сливочным маслом | 300 гр. | 9 | 12 | 60 | 327 |
| | 693 | Какао | 200 гр. | 4 | 3 | 25 | 132 |
| | | Груша | 100 гр. | 0 | 0 | 10 | 47 |
| | | Хлеб | 30 гр. | 2,04 | 0,39 | 13,56 | 60,3 |
| Итого за завтрак | | | 630 гр. | 15,04 | 15,39 | 108,56 | 566,3 |
| Обед | | | | | | | |
| | | Салат из свёклы | 100 гр. | 2,3 | 6,8 | 5,8 | 138 |
| | 155 | Суп с клёцками | 300 гр. | 3,72 | 7,92 | 39,84 | 153,6 |
| | 374 | Рыба тушёная | 150 гр. | 15,9 | 16,2 | 8,4 | 192 |
| | 520 | Картофельное пюре | 200 гр. | 4,2 | 9 | 29,2 | 218 |
| | 685 | Чай | 200 гр. | 0 | 0 | 19 | 56 |
| | | Хлеб | 60 гр. | 4,08 | 0,78 | 27,12 | 120,6 |
| Итого за горячий завтрак | | | 1010 гр. | 30,2 | 40,7 | 129,36 | 878,2 |

Составил: Л.С.Ильина



Меню

05 октября 2022 года

| Завтрак | | | | | | | |
|----------------------------------|-------------|-----------------------------------|---------|------------------|-------|----------|-------------------------|
| Приём пищи | № рецептуры | Наименование блюда | 7 -11 | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Неделя: первая День: среда | | | | | | | |
| | 302 | Каша молочная со сливочным маслом | 200 гр. | 6 | 8,2 | 40 | 218 |
| | 693 | Какао | 200 гр. | 4 | 3 | 25 | 132 |
| | | Хлеб | 30 гр. | 2,04 | 0,39 | 13,56 | 60,3 |
| | | Груша | 100 гр. | 0 | 0 | 10 | 47 |
| Итого за завтрак | | | 530 гр. | 12,04 | 11,59 | 88,56 | 457,3 |
| Обед | | | | | | | |
| | | Салат из свёклы | 100 гр. | 2,3 | 6,8 | 5,8 | 138 |
| | 155 | Суп с клецками | 250 гр. | 3,1 | 6,6 | 33,2 | 128 |
| | 374 | Рыба тушёная | 100 гр. | 10,6 | 5,4 | 5,6 | 128 |
| | 520 | Картофельное пюре | 150 гр. | 3,15 | 6,75 | 21,9 | 163,5 |
| Неделя: первая День: среда | 685 | Чай | 200 гр. | 0 | 0 | 19 | 56 |
| | | Хлеб | 60 гр. | 4,08 | 0,78 | 27,12 | 120,6 |
| Итого за горячий завтрак | | | 860 гр. | 23,23 | 26,33 | 112,62 | 624,1 |

Составил: Л.С.Ильина