

МЕНЮ НА 09.09.2024г

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|-----------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| <u>Завт. 7-11</u> | | | |
| 150 | №227 Каша манная молочная жидкая 1/150 | Калорийность-157, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-23 | |
| 60 | №560 Ватрушка с творожным фаршем 1/60 | Калорийность-173, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-25 | |
| 200 | №501 Сок 0,2 1/200 | Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20 | |
| 200 | №462 Какао с молоком 1/200 | Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14 | |
| 25 | №115 Хлеб ржаной 1/25 | Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8 | |
| Итого за Завт. 7-11 | | Калорийность-554, Белки-19, Жиры-12, Углеводы-90 | 97-44 |
| <u>Обед 7-11</u> | | | |
| 100 | №2 Салат витаминный 1/100 | Калорийность-85, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6 | |
| 200 | №100 Рассольник ленинградский 1/200 | Калорийность-87, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11 | |
| 8 | №488 Сметана 1/8 | Калорийность-13, Жиры-1 | |
| 180 | №375 Плов из отварной птицы 1/180 | Калорийность-230, Белки-18, Жиры-15, Углеводы-23 | |
| 200 | №349 Компот из смеси сухофруктов 1/200 | Калорийность-196, Белки-1, Углеводы-37 | |
| 25 | №117 Батон нарезной 1/25 | Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13 | |
| 25 | №115 Хлеб ржаной 1/25 | Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8 | |
| Итого за Обед 7-11 | | Калорийность-721, Белки-26, Жиры-27, Углеводы-98 | 97-44 |
| <u>Завт. 11-18</u> | | | |
| 250 | №227 Каша манная молочная жидкая 1/250 | Калорийность-261, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-39 | |
| 60 | Печенье 1/60 | Калорийность-250, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-45 | |
| 200 | №462 Какао с молоком 1/200 | Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14 | |
| 20 | №115 Хлеб ржаной 1/20 | Калорийность-35, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-7 | |
| Итого за Завт. 11-18 | | Калорийность-640, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-105 | 60-00 |
| <u>Обед 11-18</u> | | | |
| 100 | №2 Салат витаминный 1/100 | Калорийность-85, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6 | |
| 250 | №100 Рассольник ленинградский 1/250 | Калорийность-108, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13 | |
| 10 | №488 Сметана 1/10 | Калорийность-16, Жиры-2 | |
| 200 | №375 Плов из отварной птицы 1/200 | Калорийность-333, Белки-20, Жиры-17, Углеводы-25 | |
| 200 | №349 Компот из смеси сухофруктов 1/200 | Калорийность-196, Белки-1, Углеводы-37 | |
| 35 | №115 Хлеб ржаной 1/35 | Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-12 | |
| 35 | №117 Батон нарезной 1/35 | Калорийность-92, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| Итого за Обед 11-18 | | Калорийность-891, Белки-29, Жиры-31, Углеводы-111 | 85-00 |