ООО "ПЕНЗЕНСКИЙ КОМБИНАТ ПИТАНИЯ"

Согласовано
Директор

МЕНЮ НА 26.09.2024г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завт.7-11		
150	№274 Каша рисовая молочная жидкая 1/150	Калорийность-172, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	
35	Пряник мятный 1/35	Калорийность-128, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-26	
200	№536 Биолакт с сахаром 4% 1/200	Калорийность-174, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-17	
200	№459 Чай с лимоном 1/200	Калорийность-40, Углеводы-10	
20	№115 Хлеб ржаной 1/20	Калорийность-35, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-7	
	Итого за Завт.7-11	Калорийность-549, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-84	97-44
	Обед 7-11		
100	№21 Салат Здоровье 1/100	Калорийность-197, Белки-1, Жиры-18, Углеводы-7	
250	№95 Борщ с капустой и картофелем 1/250	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-7	
8	№488 Сметана1/8	Калорийность-13, Жиры-1	
90	ТТК Котлеты "Школьные" с соусом 1/90	Калорийность-144, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-10	
150	№220 Каша ячневая вязкая 1/150	Калорийность-165, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25	
200	№494 Компот из плодов сушеных (курага) 1/200	Калорийность-72, Углеводы-18	
25	№115 Хлеб ржаной 1/25	Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8	
25	№117 Батон нарезной 1/25	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	
	Итого за Обед 7-11	Калорийность-777, Белки-22, Жиры-37, Углеводы-88	97-44
	Завт.11-18		
200	№274 Каша рисовая молочная жидкая 1/200	Калорийность-229, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-33	
30	№88 Бутерброд с маслом 20/10	Калорийность-115, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	
100	№82 Фрукты свежие 1/100	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10	
200	№377 Чай с лимоном 1/200	Калорийность-42, Углеводы-10	
25	№115 Хлеб ржаной 1/25	Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8	
	Итого за Завт.11-18	Калорийность-474, Белки-11, Жиры-17, Углеводы-72	60-00
	Обед 11-18		
100	№21 Салат Здоровье 1/100	Калорийность-197, Белки-1, Жиры-18, Углеводы-7	
250	№95 Борщ с капустой и картофелем 1/250	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-7	
8	№488 Сметана1/8	Калорийность-13, Жиры-1	
100	ТТК Котлеты "Школьные" с соусом 1/100	Калорийность-160, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-11	
150	№220 Каша ячневая вязкая 1/150	Калорийность-165, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25	
200	№494 Компот из плодов сушеных (курага) 1/200	Калорийность-72, Углеводы-18	
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-836, Белки-24, Жиры-38, Углеводы-98	85-00

"ПЕНЗЕНСКИЙ КОМБИНАТ ПИТАНИЯ"