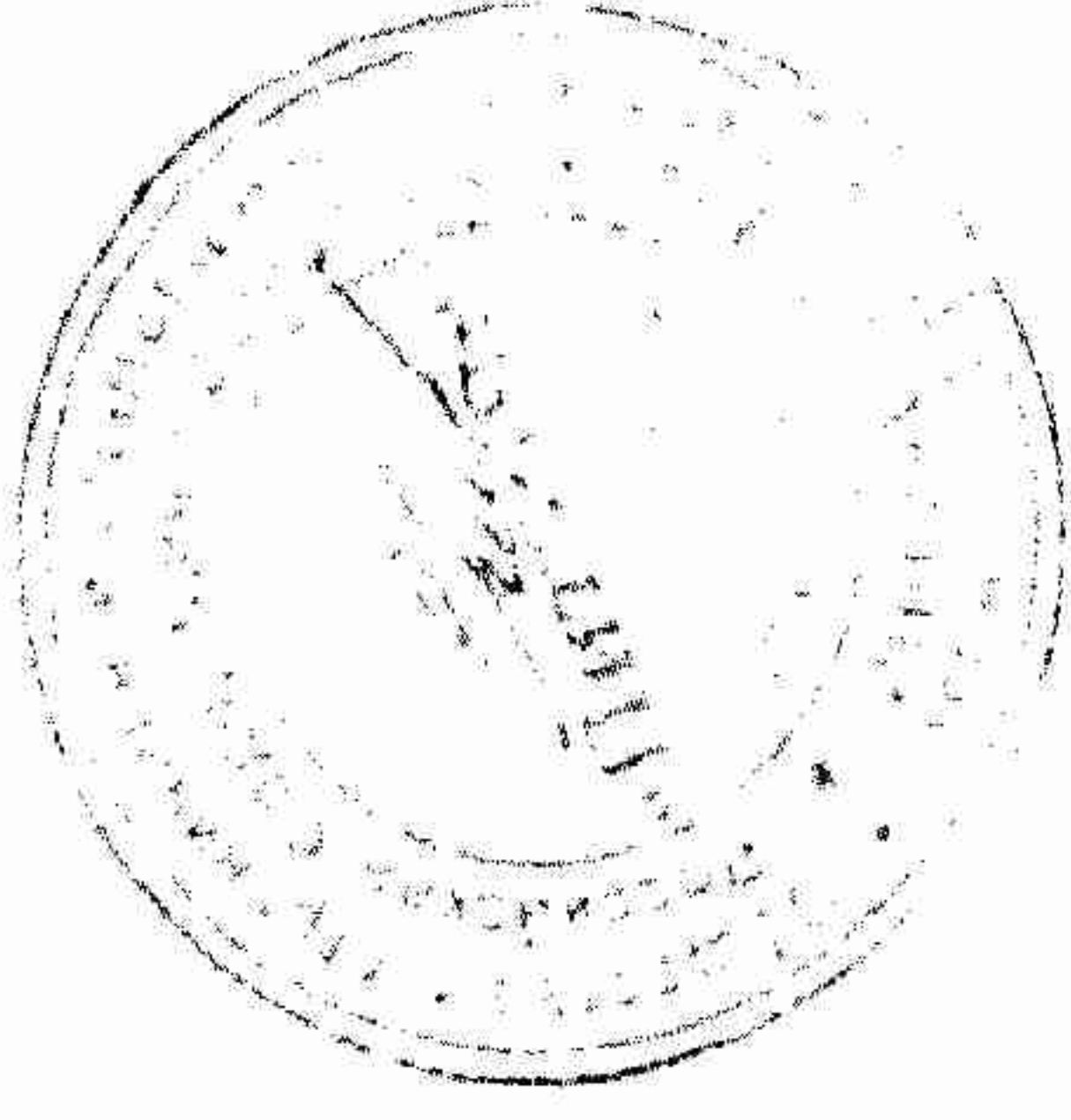


Фирменное С.С. Николаева



31.01.22

		МЕНЮ 6-го дня							Ккал
	Наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			у		
				Б	Ж	У			
	2	3		4	5	6	7		
	ЗАВТРАК								
175/2011 М	Каша вязкая молочная из риса и пшена	200	27,09	5,5	6,5	34,7	220,7		
15/2011 М	Дружба с маслом №175								
377/2011 М	Сыр (порциями) №15	10	14,00	2,7	2,7	0,0	35,3		
701/2010 М	Чай с лимоном №377	300/15/7	16,00	0,2	0,0	15,1	61,9		
338/2011 М	Хлеб пшеничный	50	5,00	3,7	0,3	24,3	114,8		
	Фрукты свежие (яблоко) №338	150	15,00	0,6	0,6	14,3	68,4		
	Итого за прием пищи:	632	77,09	12,6	10,1	88,4	501,1		
	ОБЕД								
ТТК №1,2,3,4,5	Овоши по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	6,00	1,5	0,2	8,8	42,8		
132/2004 Л	Рассольник ленинградский (перловка) со сметаной	250/10	11,00	3,8	10,75	20,48	161,25		
313/	Котлеты, биточки мясные рубленые с соусом	90/20	39,09	14,8	20,5	14,7	301,9		
302/2011 М	Каша пшеничная	180	12,00	9,0	6,7	37,6	238,8		
342/2011 М	Компот из свежих плодов (яблоко) №342	200	4,00	0,2	0,2	27,5	112,7		
701/2010 М	Хлеб пшеничный	30	3,00	3,7	0,6	14,6	87,8		
702/2010 М	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,00	1,3	0,2	8,2	39,6		
	Итого за прием пищи:	900	77,09	34,3	39,1	131,9	984,8		
	Норма обеда по СанПиН 30% ± 5%	800		27-31,5	27,6-32,2	114,9-134,05	816-952		