

Директор: *С.С. Николаев*

14.01.22

МЕНЮ 5-го дня

	Наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Ккал
				Б	Ж	У	
	2	3		4	5	6	7
	ЗАВТРАК						
315\2004 Л	Запеканка рисовая с творогом и сметаной №315	150/10	29,09	9	15,9	50,4	291,4
15/2011 М	Масло порцией	10	10	0,1	7,3	0,1	66,1
376/2011 М	Чай с сахаром №376	200/15	15	0,1	0,0	14,8	59,3
п/т	Булочка	40	11	3,2	3,3	17,8	113,2
701/2010 М	Хлеб пшеничный	20	2	1,5	0,12	9,7	45,9
338/2011 М	Фрукты свежие (яблоко) №338	100	10	0,4	0,4	9,5	45,6
	Итого за прием пищи:	545	77,09	14,2	26,9	102,4	621,5
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500		15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
	ОБЕД						
ТТК №1,2,3,4,5	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	6	0,9	0,1	5,3	25,7
82/2011 М	Борщ с капустой и картофелем №82	200	12	1,6	4,0	10,4	84,5
307	тефтели с соусом	100/30	37,09	12,5	12,5	14,1	217,8
203/2011 М	Макаронные изделия отварные №203	150	13	5,5	5,7	33,3	206,4
348/2011 М	Компот из изюма №348	200	5	0,5	0,1	27,4	112,6
701/2010 М	Хлеб пшеничный	30	2	3,68	0,63	14,6	87,75
702/2010 М	Хлеб ржано-пшеничный	20	2	2,5	0,4	16,5	79,2
	Итого за прием пищи:	790	77,09	27,2	23,4	121,6	814,0