Директор С.С. Никанорова

9.02.22

МЕНЮ 3-го дня

	Наименование Наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Ккал
				Б	Ж	У	
	2	3		4	5	6	7
	ЗАВТРАК						
ТТК №1,2,3,4,5	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	8,00	0,9	0,1	5,3	25,7
488/2004 Л	Птица, тушенная в соусе с овощами №488	180	38,09	15,0	20,2	13,0	296,3
15/2011 М	Масло порцией	10	10,00	0,1	7,3	0,1	66,1
377/2011 М	Чай с лимоном №377	200/15/7	16,00	0,2	0,0	15,0	61,6
701/2010 М	Хлеб пшеничный	50	5,00	3,7	0,3	24,3	114,8
	Итого за прием пищи:	**522**	**77,09**	**19,9**	**27,9**	**57,7**	**564,5**
	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	6,00	0,9	0,1	5,3	25,7
132\2004 Л	Рассольник ленинградский (перловка) со сметаной	200/10	11,00	2,7	8,6	16,38	129
313/	**Котлеты, биточки мясные рубленые с соусом**	90/20	39,09	13,4	18,5	13,4	273,5
341/2016 К	Каша ячневая	150	12,00	6,1	4,8	27,8	178,2
342/2011 М	Компот из свежих плодов (яблок) №342	200	4,00	0,2	0,2	27,5	112,7
701/2010 М	Хлеб пшеничный	30	3,00	3,68	0,63	14,6	87,75
702/2010 М	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,00	1,3	0,2	8,2	39,6
	Итого за прием пищи:	**780**	**77,09**	**28,3**	**33,0**	**113,2**	**846,5**