

МЕНЮ на 06.03.2023г.

МЕНЮ	Наименование блюд	выход блюда	энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества		
				Белок	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	<u>каша пшеничная</u>	100/100	154,52/154,52	6,18/6,18	3,55/3,55	24,58/24,58
	<u>бутерброд с маслом,</u>	30/45	110,33/165,5	3,87/5,8	3,6/5,4	10,07/15,1
	<u>чай с сахаром</u>	150/200	36,48/48,64	0,09/0,12		9,03/12,04
	<u>икра кабачковая</u>	50/50	83,30/83,30	1,33/1,33	6,23/6,23	5,39/5,39
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	<u>яблоко</u>	100/100	76,0/76,0	0,90/0,90		18,0/18,0
ОБЕД	<u>огурец соленый</u>	40/50	46,69/58,36	0,50/0,63		3,10/3,88
	<u>рассольник "домашний"</u>	150/200	89,76/119,68	3,02/4,02	6,78/9,04	19,43/25,9
	<u>куры отварные</u>	60/100	124,64/207,74	9,36/15,6	9,36/15,6	0,50/0,83
	<u>каша гречневая</u>	100/100	175,87/175,87	5,82/5,82	3,62/3,62	30,0/30,0
	<u>хлеб ржаной</u>	30/40	102,0/136,0	15,2/4	5,25/7,0	10,5/14,0
	<u>хлеб пшеничный</u>	30/40	102,0/136,0	1,5/2,4	5,25/7,0	10,5/14,0
	<u>компот из сухофрукты</u>	150/200	85,50/114,0	0,45/0,6		20,25/27,0
ПОЛДНИК	<u>печенье</u>	50/50	95,0/95,0	1,0/1,0	2,0/2,0	12,0/12,0
	<u>молоко кипяченое</u>	150/200	88,21/117,61	4,19/5,59	4,79/6,38	7,04/9,38
	<u>сырники из творога</u>	150/200	255,27/340,36	21,5/28,67	5,61/7,48	29,69/39,59
	<u>хлеб пшеничный</u>	30/40	102,0/102,0	1,5/2,4	5,25/7,0	10,5/14,0
	<u>чай с молоком</u>	150/200	66,99/89,32	1,05/1,4	1,20/1,6	13,01/17,34