

## МЕНЮ на 08.02.2023г.

МЕНЮ	Наименование блюд	выход блюда	энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества		
				Белок	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	<u>каша "дружба"</u>	155/205	182,3/241,11	4,95/6,55	6,30/8,33	26,53/35,09
	<u>бутерброд с маслом</u>	30/45	96,25/165,0	3,38/5,8	2,92/5,0	8,75/15,0
	<u>,чай с сахаром,лимоном</u>	150/200	46,22/61,62	0,05/0,07	0,01/0,01	11,48/15,31
	<u>яйцо 1/2</u>	20/20	62,80/62,80	10,0/10,0	4,00/4,00	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	<u>яблоко</u>	100/100	32,0/32,0	0,30/0,30	0,21/0,21	7,20/7,20
ОБЕД	<u>салат из капусты квашеной</u>	40/50	44,24/55,3	0,64/0,8	4,0/5,0	1,43/1,79
	<u>суп с картофелем ,бобовыми</u>	150/200	59,27/79,03	1,4/1,87	2,33/3,11	8,17/10,89
	<u>котлета мясная из говядины</u>	60/100	96,98/161,64	6,62/11,04	6,43/10,72	3,16/5,27
	<u>каша ячневая</u>	100/100	154,52/154,52	6,18/6,18	3,55/3,55	24,58/24,58
	<u>хлеб ржаной</u>	30/40	102,0/136,0	1,5/2,4	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 свежих яблок</u>	150/200	45,48/60,64	0,12/0,16		11,24/14,99
ПОЛДНИК	<u>пряник</u>	50/50	182,56/182,56	5,9/5,9	2,19/2,19	34,84/34,84
	<u>молоко кипяченое</u>	150/200	87,98/117,31	4,19/5,59	4,79/6,38	7,04/9,38
	<u>макаронные изделия с сыром</u>	200/200	264,0/264,0	11,0/11,0	10,0/10,0	31,0/31,0
	<u>хлеб пшеничный</u>	30/40	102,0/102,0	1,5/2,4	5,25/7,0	10,5/14,0
	<u>какао с молоком</u>	180/200	146,78/195,71	3,64/4,85	3,78/5,04	24,55/32,73

117,61