

МЕНЮ на 09.03.2023г.

МЕНЮ	Наименование блюд	выход блюда	энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества		
				Белок	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	<u>каша молочная пшеничная</u>	155/205	222,02/222,02	6,2/6,2	8,05/8,05	31,09/31,09
	<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
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	<u>яблоко</u>	100/100	32,0/32,0	0,30/0,30	0,21/0,21	7,2/7,2
ОБЕД	<u>зеленый горошек консервн</u>	40/50	46,69/58,36	0,50/0,63		3,10/3,88
	<u>суп с клецками</u>	150/200	62,50/83,33	1,16/1,54	3,8/5,07	6,03/8,04
	<u>рыба тушеная в томате с овощами</u>	60/100	368,62/491,49	15,87/21,16	25,69/34,25	18,49/24,65
	<u>каша ячневая</u>	100/100				
	<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 сухофрукты</u>	150/200	45,48/60,64	0,12/0,16		11,24/14,99
ПОЛДНИК	<u>печенье</u>	50/50	95,0/95,0	1,0/1,0	2,0/2,0	12,0/12,0
	<u>снежок</u>	150/200	88,21/117,61	4,19/5,59	4,79/6,38	7,04/9,38
	<u>запеканка из творога</u>	100/200	264,0/264,0	11,0/11,0	10,0/10,0	31,0/31,0
	<u>хлеб ржаной</u>	30/40	102,0/102,0	1,5/2,4	5,25/7,0	10,5/14,0
	<u>какао с молоком</u>	150/200	76,0/76,0	0,90/0,90		18,0/18,0