

МЕНЮ на 22.02.2023г.

МЕНЮ	Наименование блюд	выход блюда	энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества		
				Белок	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	<u>каша "дружба"</u>	155/205	182,30/241,11	4,95/6,55	6,30/8,33	26,53/35,09
	<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	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	5,0/5,0	4,0/4,0	
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>суп крестьянский</u>	150/200	84,35/112,47	1,39/1,85	4,64/6,19	9,26/12,34
	<u>котлета мясная</u>	60/100	96,98/161,64	6,62/11,04	6,43/10,72	3,16/5,27
	<u>каша пшеничная</u>	100/100	143,37/143,37	2,48/2,48	3,63/3,63	25,18/25,18
	<u>хлеб ржаной</u>	30/40	154,52/154,52	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 плодов</u>	150/200	45,48/60,64	0,12/0,16		11,24/14,99
ПОЛДНИК	<u>блины с варен сгущенкой</u>	50/50	165,41/330,81	12,13/24,26	4,16/8,31	19,88/39,75
	<u>молоко кипяченое</u>	180/200	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 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>	180/200	146,78/195,71	3,64/4,85	3,78/5,04	24,55/32,73