

МЕНЮ на 28.02.2023г.

МЕНЮ	Наименование блюд	выход блюда	энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества		
				Белок	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	<u>суп молочный с макаронными</u>	155/205	118,01/156,08	4,22/5,58	4,63/6,12	14,92/19,73
	<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
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>суп картофелем с бобовыми</u>	150/200	59,27/79,03	1,4/1,87	2,33/3,11	8,17/10,89
	<u>плов из отварной говядины</u>	150/180	278,95/334,74	16,22/19,46	13,79/16,55	22,43/26,91
	<u>хлеб ржаной</u>	30/40	154,52/154,52	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>пряник</u>	50/50	95,0/95,0	1,0/1,0	2,0/2,0	12,0/12,0
	<u>снежок</u>	150/150	84,39/84,39	4,2/4,2	4,78/4,78	6,13/6,13
	<u>омлет</u>	135/155	221,3/229,81	12,09/11,64/1	5,01/6,62	3,05/3,17
	<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