

МЕНЮ на 03.04.2023г.

МЕНЮ	Наименование блюд	выход блюда	энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества		
				Белок	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	<u>омлет</u>	130/135	221,3/229,81	12,09/11,64	18,06/18,75	3,05/3,17
	<u>бутерброд с маслом</u>	30/45	110,33/165,50	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>сок фруктовый</u>	100/100	32,0/32,0	0,30/0,30	0,21/0,21	7,2/7,2
ОБЕД	<u>салат витаминный</u>	40/50	56,78/70,97	0,46/0,57	4,06/5,07	4,62/5,77
	<u>суп овощной</u>	150/200	69,14/92,19	1,16/1,54	3,52/4,69	7,55/10,07
	<u>куры отварные</u>	60/100	124,64/207,74	9,36/15,6	9,36/15,6	0,50/0,83
	<u>каша ячневая</u>	100/100	106,97/106,97	2,13/2,13	4,04/4,04	15,53/15,53
	<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	85,50/114,0	0,45/0,6		20,25/27,0
ПОЛДНИК	<u>запеканка из творога</u>	100/200	165,41/330,81	12,13/24,26	4,16/8,31	19,88/39,75
	<u>молоко кипяченое</u>	150/200	87,98/117,31	4,19/5,59	4,79/6,38	7,04/9,38
	<u>суп молочный с макаронными изделиями</u>	155/205	118,01/156,08	4,22/5,58	4,63/6,12	14,92/19,73
	<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	1,2/1,6	13,01/17,35