

МЕНЮ на 13.04.2023г.

МЕНЮ	Наименование блюд	выход блюда	энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества		
				Белок	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	<u>каша молочная пшеничная</u>	155/205	156,80/207,38	4,79/6,33	6,73/8,9	19,27/25,49
	<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	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>салат витаминный</u>	40/50	56,78/70,97	0,46/0,57	4,06/5,07	4,62/5,77
	<u>суп картофельный с мясными фрикадельками</u>	150/200	67,40/139,73	3,4/7,44	4,0/5,33	9,4/14,33
	<u>тефтели рыбные с рисом</u>	60/100	72,64/121,07	5,37/8,95	3,29/5,48	5,50/9,16
	<u>каша геркулесовая вязкая</u>	100/100	103,62/103,62	2,39/2,39	4,34/4,34	13,75/13,75
	<u>хлеб ржаной</u>	30/40	102,0/136,0	1,5/2,4	5,25/7,0	10,5/14,0
	<u>хлеб пшенич</u>	30/40	102,0/136,0	1,5/2,4	5,25/7,0	10,5/14,0
	<u>сок фруктовый</u>	150/150	32,0/32,0	0,30/0,30	0,21/0,21	7,2/7,2
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>снежок</u>	150/150	84,39/84,39	4,2/4,2	4,78/4,78	6,13/6,13
	<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>молоко кипяченое</u>	150/200	87,98/117,31	4,19/5,59	4,79/6,38	7,04/9,38