

МЕНЮ на 21.03.2023г.

МЕНЮ	Наименование блюд	выход блюда	энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества		
				Белок	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	<u>каша молочная манная</u>	155/205	204,60/222,02	6,2/8,53	7,75/8,05	24,03/31,09
	<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, лимоном</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	76,0/76,0	0,9/0,9		18,0/18,0
ОБЕД						
	<u>суп крестьянский с крупой</u>	150/200	84,35/12,47	1,39/1,85	4,64/6,19	9,26/12,34
	<u>жаркое по домашнему</u>	180/200	368,62/491,49	15,87/21,16	25,69/34,25	18,49/24,65
	<u>хлеб ржаной</u>	30/40	102,0/136,0	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 сухофрукта</u>	150/200	85,50/114,0	0,45/0,6		20,25/27,0
ПОЛДНИК	<u>ватрушка из повидла</u>	50/60	141,08/169,3	3,87/4,64	3,24/3,89	24,08/28,9
	<u>снежок</u>	150/150	84,39/84,39	4,2/4,2	4,78/4,78	6,13/6,13
	<u>оладьи из печени</u>	70/90	163,33/210,0	7,61/9,78	9,07/11,66	12,76/16,41
	<u>хлеб ржаной</u>	30/40	102,0/102,0	1,5/2,4	5,25/7,0	10,5/14,0
	<u>кофейный напиток на молоке</u>	150/200	66,99/89,32	1,05/1,4	1,2/1,6	13,01/17,34
	<u>макаронные изделия</u>	100/100	140,73/140,73	3,68/3,68	3,53/3,53	23,55/23,55