

МЕНЮ на 05.06.2023г.

МЕНЮ	Наименование блюд	выход блюда	энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества		
				Белок	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	<u>макаронные изделия</u>	150/200	198,0/264,0	8,25/11,0	7,5/10,0	23,25/31,0
	<u>бутерброд с маслом,</u>	30/45	96,25/165,0	3,38/5,8	2,92/5,0	8,75/15,0
	<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	31,40/31,40	2,5/2,5	2,0/2,0	
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 крестьянский с крупой</u>	150/200	67,40/128,0	3,4/7,0	1,8/4,0	9,4/22,0
	<u>гуляш из говядины</u>	60/100	170,27/283,79	11,14/18,56	12,43/20,72	3,46/5,77
	<u>каша пшеничная</u>	100/100	121,64/121,64	2,09/2,09	4,69/4,69	18,14/18,14
	<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>компот из свежих яблок</u>	150/200	45,48/60,64	0,12/0,16		11,24/14,99
ПОЛДНИК	<u>пирожки печеные ,сдобного теста</u>	50/60	141,08/169,3	3,87/4,64	3,24/3,89	24,08/28,9
	<u>какао с молоком</u>	150/200	146,78/195,71	3,64/4,85	3,78/5,04	24,55/32,73
	<u>каша молочная гречневая</u>	155/205	186,13/246,17	6,0/7,94	6,21/8,21	26,56/35,13
	<u>хлеб ржаной</u>	30/40	102,0/102,0	1,5/2,4	5,25/7,0	10,5/14,0
	<u>чай с сахаром</u>	150/200	43,78/48,64	0,11/0,12		10,84/12,04