

## МЕНЮ на 15.06.2023г.

МЕНЮ	Наименование блюд	выход блюда	энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества		
				Белок	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	<u>каша "дружба"</u>	155/205	182,3/241,11	4,95/6,55	6,3/8,33	26,55/35,09
	<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	36,48/48,64	0,09/0,12		9,03/12,04
	<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	0,3/0,3/		0,21/0,21
ОБЕД	<u>салат витаминный</u>	40/50	56,78/70,97	0,46/0,57	4,06/5,07	4,62/5,77
	<u>свекольник</u>	150/200	62,5/83,33	1,16/1,54	3,8/5,07	6,03/8,04
	<u>фрикадельки рыбные с соусом</u>	60/100	48,75/69,06	6,31/8,94	3,26/4,62	3,33/4,72
	<u>каша геркулесовая</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	102/136,0	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>печенье</u>	50/50	90,0/90,0	1,0/1,0	1,0/1,0	28,0/28,0
	<u>снежок</u>	150/150	84,39/84,39	4,2/4,2	4,78/4,78	6,13/6,13
	<u>сырники из творога</u>	150/200	255,27/340,36	21,5/28,67	5,61/7,48	29,69/39,59
	<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 молоком</u>	150/200	78,53/87,25	2,51/2,79	2,3/2,55	11,94/13,27