

МЕНЮ на 19.04.2023г.

МЕНЮ	Наименование блюд	выход блюда	энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества		
				Белок	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	<u>каша "дружба"</u>	155/205	182,30/241,11	4,95/6,55	6,3/8,33	26,53/35,09
	<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</u>	150/200	36,51/48,68	0,09/0,12		9,03/12,04
	<u>яйцо 1/2</u>	20/20	62,8/62,8	5,0/5,0	4,0/4,0	
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 из капусты квашеной</u>	40/50	44,24/55,3	0,64/0,8	4,0/5,0	1,43/1,79
	<u>суп крестьянский</u>	150/200	84,35/112,47	1,39/1,85	4,64/6,19	9,26/12,34
	<u>котлета мясная</u>	150/200	96,98/161,64	6,62/11,04	6,43/10,72	3,16/5,27
	<u>каша пшеничная</u>	100/100	154,52/154,52	6,18/6,18	3,55/3,55	24,58/24,58
	<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>булочка домашняя</u>	50/60	190,17/228,2	3,64/4,85	5,89/7,07	30,67/36,8
	<u>молоко кипяченое</u>	150/200	88,21/117,31	4,19/5,59	4,79/6,38	7,04/9,38
	<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>какао с молоком</u>	150/200	146,78/195,71	3,64/4,85	3,78/5,04	24,55/32,73