

МЕНЮ на 19.05.2023г.

МЕНЮ	Наименование блюд	выход блюда	энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества		
				Белок	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	<u>каша молочная геркулесовая</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	96,25/165,0	3,38/5,8	2,92/5,0	8,75/15,0
	<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	32,0/32,0	0,30/0,30	0,21/0,21	7,2/7,2
ОБЕД						
	<u>щи из квашеной капусты</u>	150/200	59,52/79,36	0,82/1,09	3,77/5,02	5,56/7,41
	<u>каша "дружба"</u>	100/100	143,37/143,37	2,48/2,48	3,63/3,63	25,18/25,18
	<u>гуляш из говядины</u>	60/100	170,27/283,79	11,14/18,56	12,43/20,72	3,46/5,77
	<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	3,64/4,37	5,89/7,07	30,67/36,8
	<u>молоко кипяченое</u>	150/200	87,98/117,31	4,19/5,59	4,79/6,38	7,04/9,38
	<u>макаронные изделия с сыром</u>	150/200	198,00/264,00	8,25/11,0	7,50/10,0	23,25/31,0
	<u>хлеб ржаной</u>	30/40	102,0/102,0	1,5/2,4	5,25/7,0	10,5/14,0
	<u>чай с сахаром</u>	150/200	36,51/48,68	0,09/0,12		9,03/12,04