

МЕНЮ на 27.04.2023г.

МЕНЮ	Наименование блюд	выход блюда	энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества		
				Белок	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	<u>каша молочная геркулесовая</u>	155/205	181,70/246,17	5,86/7,94	6,06/8,21	25,93/35,13
	<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>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	59,52/79,36	0,82/1,09	3,77/5,02	5,56/7,41
	<u>каша пшеничная</u>	100/100	278,95/334,74	16,22/19,46	13,79/16,55	22,43/26,91
	<u>тефтели рыбные с рисом</u>	60/100	72,64/121,07	5,37/8,95	3,29/5,48	5,5/9,16
	<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>запеканка из творога</u>	100/200	165,41/330,81	12,13/24,26	4,16/8,31	19,88/39,75
	<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	13,01/17,35
	<u>капуста тушеная</u>	100/100	87,16/87,16	2,62/2,62	3,23/3,23	13,45/13,45