

## МЕНЮ на 28.04.2023г.

МЕНЮ	Наименование блюд	выход блюда	энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества		
				Белок	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	<u>каша молочная манная</u>	155/205	204,6/264,0	8,53/11,0	7,75/10,0	24,03/31,0
	<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	36,48/48,64	0,09/0,12		9,03/12,04
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>капуста квашенная</u>	40/50	44,24/55,3	0,64/0,8	4,0/5,0	1,43/1,79
	<u>борщ с капустой</u>	150/200	66,67/88,89	1,14/1,52	4,0/5,33	6,49/8,65
	<u>картофель отварной</u>	100/100	109,48/109,48	1,88/1,88	4,22/4,22	16,33/16,33
	<u>тефтели с рисом</u>	60/100	100,58/167,64	4,7/7,83	6,94/11,56	4,84/8,07
	<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 сухофрукты</u>	150/200	85,50/114,0	0,45/0,6		20,25/27,0
ПОЛДНИК	<u>печенье овсяное</u>	50/50	95,0/95,0	1,0/1,0	2,0/2,0	12,0/12,0
	<u>молоко кипяченое</u>	150/200	87,98/117,31	4,19/5,59	4,79/6,38	7,04/9,38
	<u>запеканка из творога</u>	100/200	165,41/330,81	12,13/24,26	4,16/8,31	19,88/39,75
	<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