

МЕНЮ 1 неделя 1 день

« »

2022 г.

Наименование	Выход 7-11л	Выход 12-18л	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
ЗАВТРАК						
Бутерброд с маслом	40	40	2,45	7,55	14,62	136,00
Каша боярская	155	205	6,40/ 8,40	21,5/ 28,4	30,60/ 40,5	330,7/ 438,0
Чай с сахаром	200	200	0,40	0,10	7,20	20,00
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	125	6,3	4,0	10,6	88,00
Яблоко свежее	150	150	0,62	0,62	15,2	70,20
Вафли	30	30	1,50	1,20	6,60	63,00
Итого завтрак:			17,67/ 19,67	34,97/ 41,87	84,82/ 94,72	707,90/ 815,20
ОБЕД						
Огурец соленый	60	100	0,50/ 0,80	0,10/ 0,10	1,0/ 1,70	8,00/ 13,0
Суп картофельный со сладким перцем с говядиной, сметаной и зеленью петрушки	200/20/ 10/1	250/20/ 10/1	6,1/ 7,44	9,4/ 11,4	9,9/ 12,0	196,00/ 245,00
Рыба отварная с соусом польским (2-й вариант)	100/30	100/30	18,9	19,1	1,10	324,0
Картофельное пюре	150	200	3,1/ 4,1	4,8/ 6,4	20,5/ 27,3	141,0/ 188,0
Кисель из кураги	200	200	0,44	0,02	27,8	118,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	30	2,20	0,40	10,90	56,00
Батон обогащенный	30	30	2,30	0,90	15,50	78,00
Итого обед:			33,54/ 36,13	34,72/ 38,32	86,70/ 96,3	921,0/ 1022,0
ПОЛДНИК						
Булочка Творожная	100	100	11,80	5,60	46,8	288,0
Сок фруктовый в упаковке	200	200	1,00	0,00	25,4	120,0
Слива свежая	100	100	0,80	0,30	9,60	52,00
Итого полдник:			13,60	5,90	81,8	460,0

Заведующий производством

(подпись)