

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕНЮ				
На 19 сентября 2022 г				
День	Перечень блюд	Масса порции г использу е (г) (ккал)	Масса порции гр использу е (г) (ккал)	Масса порции гр использу е (г) (ккал)
11	Завтрак			
120	Суп молочный с рисовой крупой	200/5 _{114,27}	220/5 _{135,70}	250/5 _{142,84}
14	Масло (порциями)	10/ 60,00	10/ 60,00	10/ 60,00
111	Хлеб пшеничный	30/63,60	50/106,00	50/106,00
382	Какао с молоком	200/ 157,30	200/ 157,30	200/ 157,30
	Второй завтрак			
111	Нектар из фруктов (или овощей)	100/ 56,50	200/ 113,00	200/ 113,00
111	Фрукт	100/ 42,80	100/ 42,80	100/ 42,80
	Обед			
50	Салат из свеклы	50/ 48,25	70/ 67,55	100/ 96,50
102	Суп картофельный с мясными фрикадельками	165/35/136,52	215/35/177,39	265/35/219,26
268	Бефстроганов из мяса говядины	50/50 152,67	100/50 305,33	100/50 305,33
302	Каша рассыпчатая (гречневая)	130/ 128,34	150/ 142,50	200/ 189,80
111	Хлеб пшеничный	30/63,60	50/106,00	50/106,00
111	Хлеб ржано-пшеничный	30/ 53,00	50/ 90,00	50/ 90,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200/ 87,60	200/ 87,60	200/ 87,60
	Полдник			
376	Чай с сахаром	200/15 90,00	200/15 60,00	200/15 60,00
111	Бутерброд с джемом	30/20	30/20	30/20
	Ужин			
289	Рыба, запеченная	50/150 196,72	70/180 243,90	70/180 243,90
312	Пюре картофельное	130/120,12	150/138,60	200/184,80
111	Хлеб пшеничный	30/63,60	50/106,00	50/106,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200/ 87,60	200/ 87,60	200/ 87,60
	Поздний ужин (ст. гр.)			
111	Йогурт	200/ 158,00	200/ 158,00	200/ 158,00

Спец. по соц. работе
Повар

Ковалева О.В.
Ковалева О.В.
Цыба Л.А.



Приятного аппетита!