

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕНЮ				
На 18 января 2023г				
День	Перечень блюд	Масса порции гр Энергетическая С 100 гр	Масса порции гр Энергетическая С 110-120 гр	Масса порции гр Энергетическая С 110-120 гр
6	Завтрак			
14	Масло сливочное (порциями)	10 / 66,00	10 / 66,00	10 / 66,00
120	Омлет натуральный с маслом сливочным	90/5, 97,20	120/5, 129,60	150/5, 162,00
гп	Хлеб пшеничный	30/ 63,60	50/ 106,0	50/ 106,0
382	Какао с молоком	200/ 157,30	200/ 157,30	200/ 157,30
гп	Второй завтрак			
	Фрукт	100/57,50	185 / 106,38	185 / 106,38
	Обед			
67	Винегрет овощной	50 / 71,85	70 / 100,59	100/ 143,70
88	Щи со свежей капустой	200/ 77,92	250/ 97,40	300/ 116,90
268	Котлеты, биточки, шницели	70/ 130,40	100/ 172,00	100/ 172,00
143	Рагу из овощей	130/ 154,70	150/ 178,30	200/ 238,00
гп	Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	30/ 63,60	50/ 106,0	50/ 106,0
гп	Хлеб ржано-пшеничный	25/ 53,00	40 / 90,00	60 / 90,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200/ 87,60	200/ 87,60	200/ 87,60
	Полдник			
гп	Печенье сладкое	30/111,00	30/111,00	30/111,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200/ 87,60	200/ 87,60	200/ 87,60
	Ужин			
228	Рыба припущенная в молоке	70/ 118,30	100/ 169,00	100/ 169,00
145	Картофель тушеный с луком. Соус сметанный (при подаче)	130/10 183,30	150/10 211,50	100/10 282,0
гп	Хлеб пшеничный	30/ 63,60	50/ 106,0	50/ 106,0
376	Кисель	200/15 60,00	200/15 60,00	200/15 60,00
гп	Хлеб ржано-пшеничный	25/ 53,00	40 / 90,00	60 / 90,00
гп	Второй ужин			
	Йогурт	200/ 90,72	200/ 90,72	200/ 90,72

Спец. по соп. работе
Повар *В.В.В.*

Борисенкова Т.Л.
Цыба Л.А.



Приятного аппетита!