

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед





Второй ужин



МЕНЮ
23 апреля 2024 г.

№ п/п	Наименование блюда	День 1								
		Масса порции (г)	Из бел.	Из жиров	Из углеводов	Энерг. ценность (ккал)	Масса порции (г)			
ЗАВТРАК										
1.3	Бутерброд с маслом	20	5	101	40	10	127	40	10	240
262	Каша манная молочная жидкая с маслом	180	176		230		196	230		196
501	Кофейный напиток	200	95		200		95	200		103
ВТОРОЙ ЗАВТРАК										
гп	Фрукт	120	92		200		121	200		137
ОБЕД										
141	Салат из огурцов с маслом	60	38		80		50	100		67
139	Суп гороховый с гренками	200/20	186	250	20	207	250	20	207	
	гренки из пшеничного хлеба	20			20		20			20
9.7	Вареники рыбные	70	133		120		219	120		219
520	Пюре картофельное	130	115		180		165	180		165
6.38	Копилет из курицы	180	87		200		95	200		95
гп	Хлеб пшеничный	0			20		34	60		102
гп	Хлеб ржаной	40	81		40		81	60		121
ПОЛДНИК										
гп	Булочка промышленного производства	50	195		50		195	50		195
гп	Сок из фруктов (слад. овощей)	200	90		200		90	200		90
гп	Фрукт	0			100		95	100		95
УЖИН										
22	Салат из свеклы отварной с чесноком	60	51		80		68	100		85
587	Фрикадельки из птицы вареные с соусом	70/30	97		90/50		165	100/50		184
248	Каша гороховая вязкая	130	128		150		148	180		177
686	Чай с сахаром	180/5	42		200/5		42	200/5		42
гп	Хлеб пшеничный	20	34		20		34	20		34
гп	Хлеб ржаной	0			0		0	20		40
ВТОРОЙ УЖИН										
гп	Варенка	10	16		20		42	20		42
гп	ЙОГУРТ	180	76		180		76	200		95

Повар  Цыба Л.А.

Спец по соц работе  Борисенкова Т.Л.



Приятного аппетита!