




МЕНЮ на 02.03.22						
7-10			Химический состав		Энер.ценн.	
<u>ЗАВТРАК</u>			белки	жиры	углев.	Ккал
Бутерброд с маслом ,джемом	20/5/30	17,56	2,4	5	30	172,8
2.Котлеты рыбные в соусе	1/150	27,63	8	7,5	10,2	144
3.Гречка отварная	1/150	16,32	8,1	9,7	37	267,1
4. Кофейный напиток	1/200/16	20,41	3,3	2,4	23,4	129
5. Хлеб ржаной	1/20	2,40	1,2	0,2	8	39,4
<b><u>ИТОГО:</u></b>		<b>84,32</b>	<b>23,4</b>	<b>25,2</b>	<b>118,4</b>	<b>799,3</b>
<b><u>ОБЕД</u></b>						
1.Огурцы соленые	1/60	27,18	0,5	3	1,5	37
2. Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	1/180	27,02	5,3	6,2	11,9	1238,1
3. Мясо тушеное	1/90	69,77	9,5	14	2,5	160,4
4. Картофель отварной с луком	1/150	18,72	3,1	5,3	24,4	150,7
5. Отвар шиповника	1/180	8,91	0,6	0,3	17,1	84,4
6. Хлеб пшеничный	1/50	6,00	3,8	0,4	24,6	117,5
7. Хлеб ржаной	1/30	3,60	1,8	0,4	12	59,1
<b><u>ИТОГО:</u></b>		<b>161,20</b>	<b>24,6</b>	<b>29,6</b>	<b>94</b>	<b>737,2</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
1.Печенье	1/40	10,40	6,8	4,2	44,1	242,3
2.Ряженка	1/200	50,00	2,7	2,5	5,7	79
<b><u>Итого:</u></b>		<b>60,40</b>	<b>9,5</b>	<b>6,7</b>	<b>49,8</b>	<b>321,3</b>
<b><u>Общая стоимость</u></b>		<b>305,92</b>	<b>57,50</b>	<b>61,50</b>	<b>262,2</b>	<b>1857,8</b>
Калькулятор	Чаплинская Т.А. 					
Ответственный за питание	Перельгина Е.В. 