



| МЕНЮ на 03.03.22 | | Химический состав | | | Энерг.ценн. | |
|---------------------------------|-----------------|-------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 7-10 | | белки | жиры | углев. | Ккал | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 1.Бутерброд с масл. и сыром | 1/50 | 18,67 | 5,8 | 9,4 | 15,4 | 170,6 |
| 2.Сосиска отварная | 1/100 | 51,30 | 3,3 | 10,6 | 0,2 | 109,4 |
| 3.Макароны отварные | 1/150 | 8,20 | 5,3 | 4,9 | 34,4 | 203 |
| 4.Чай с сахаром | 1/200 | 1,80 | 3 | 2,2 | 21,1 | 116,4 |
| 5. Хлеб ржаной | 1/40 | 4,80 | 2,4 | 0,5 | 16 | 78,8 |
| 6.Яблоко | 1/127 | 30,40 | 3 | 3 | 42 | 192 |
| ИТОГО: | | 115,17 | 22,8 | 30,6 | 129,1 | 870,2 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 1.Горошек зеленый конс. | 1/60 | 19,20 | 0,7 | 0,1 | 5,2 | 25,3 |
| 2. Борщ с мясом и со сметаной | 1/180 | 24,62 | 3,5 | 3,6 | 11,5 | 94,2 |
| 3.Тефтели мясные со смет.соусом | 1/120 | 60,34 | 10,1 | 15,6 | 13,7 | 221,3 |
| 4.Капуста тушенная | 1/130 | 24,62 | 3,1 | 5,1 | 13 | 110,5 |
| 5. Кисель из ягод | 1/180 | 18,17 | 0,1 | 0 | 19,4 | 79,8 |
| 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 |
| ИТОГО: | | 156,55 | 23,1 | 25,2 | 99,4 | 707,7 |
| Полдник | | | | | | |
| 1.Вафли | 1/30 | 8,46 | 10,9 | 6,6 | 34,3 | 240,2 |
| 2.Йогурт 100,0 | 1/100 | 50,00 | 5 | 3,2 | 3,5 | 68 |
| Итого: | | 58,46 | 15,9 | 9,8 | 37,8 | 308,2 |
| Общая стоимость | | 330,18 | 57,50 | 61,50 | 266,3 | 1886,1 |
| Калькулятор | Чаплинская Т.А. | | | | | |
| Ответственный за питание | Перельгина Е.В. | | | | | |