



МЕНЮ на 28.04.22

7-10			Химический состав			Энерг. цен.
ЗАВТРАК			Белки	Жиры	Углев.	Ккал
1. Горячий бутерброд с сыром	1/50	26,30	5,9	18,8	28,6	223,3
2. Каша гречневая молоч.	1/160	25,47	8,4	8,6	32	237,6
3. Напиток коф. с молоком	1/180	19,46	3	2,2	21,1	116,4
4. Хлеб ржаной	1/20	2,40	1,2	0,2	8	39,4
ИТОГО		<u>73,63</u>	<u>18,5</u>	<u>29,8</u>	<u>89,7</u>	<u>616,7</u>
ОБЕД						
1. Икра кабачковая	1/60	13,20	0,9	3,7	4,9	56,1
2. Рыбная уха из филе минтая	1/200	23,56	5,6	2,1	15,5	98,3
3. Гуляш из говядины	1/120	90,34	17,9	20,5	6,2	270
4. Капуста тушеная	1/200	53,78	4,8	9,4	19,7	170
5. Компот из сухофруктов	1/180	6,93	0	0	15,8	50,5
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		<u>197,41</u>	<u>34,8</u>	<u>36,5</u>	<u>98,7</u>	<u>821,5</u>
ПОЛДНИК						
1. Вафли	1/20	6,20	0,2	0,2	23,2	95,3
2. Сок	1/200	21,00	<u>5</u>	<u>3,2</u>	<u>3,5</u>	<u>68</u>
Итого:		<u>27,20</u>	6,4	4,8	26,7	163,3
			59,7	71,1	<u>215,1</u>	<u>1 601,50</u>
Стоимость за день:		<u>298,24</u>				
Калькулятор			Чаплинская Т.А.			
Ответственный за питание			Перелыгина Е.В.			