



МЕНЮ на 19.05.22						
11-17		Химический состав				Энер.ценн.
ЗАВТРАК			белки	жиры	углев.	Ккал
1.Бутерброд с масл. и сыром	1/50	23,96	5,8	9,4	15,4	170,6
2.Сосиска отварная	1/70	67,74	6,6	21,2	0,4	218,4
3.Макароны отварные	1/180	12,37	6,4	5,8	36,3	223
4.Кофейный напиток	1/200	21,38	3,3	2,4	19,9	115,1
5. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО:		130,65	24,5	39,3	88	805,9
ОБЕД						
1.Салат из моркови с яблоками	1/100	25,09	1,1	0,2	8,7	42,1
2. Борщ с мясом и со сметаной	1/250	44,76	4,7	5	11,9	130,8
3.Тефтели мясные со смет.соусом	1/150	85,60	12,6	19,5	15,1	258
4.Капуста тушенная	1/130	38,38	3,8	6,3	16	136
5. Кисель из ягод	1/180	22,34	0,1	0	21,5	88,6
6. Хлеб пшеничный	1/80	10,40	6,1	0,6	39,4	188
7. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО:		231,77	30,8	32,1	128,6	922,3
Полдник						
1.Пряники	1/40	14,00	10,9	6,6	34,3	240,2
2.Йогурт 100,0	1/100	55,00	5	3,2	3,5	68
Итого:		69,00	15,9	9,8	37,8	308,2
Общая стоимость		431,42	57,50	61,50	254,4	2036,4
Калькулятор	Чаплинская Т.А.					
Ответственный за питание	Перельгина Е.В.					