



МЕНЮ на 13.09.2022						
7-10			Химический состав			Энергетическое
ЗАВТРАК			Белки	Жиры	Углев.	Ккалор.
1. Бутерброд с маслом	30/10	14,45	2,4	9,2	15,5	153,4
2. Каша молочная "Дружба"	1/180	15,00	5	9,4	28,9	221,9
3. Чай с молоком	1/200	15,40	1,6	1,3	12,3	66,4
4. Хлеб ржаной	1/20	2,60	1,2	0,2	8	39,4
5. Банан	1/215	38,70	3,22	0,57	45	206,4
<b>ИТОГО</b>		<b>86,15</b>	<b>13,42</b>	<b>20,67</b>	<b>109,7</b>	<b>687,5</b>
<b>ОБЕД</b>						
1. Кукуруза консервир.	1/60	24,42	1	3	5	52,7
2. Суп крестьянский с говядиной	1/180	23,43	3	4,5	15,4	104,4
3. Печень по-строгановски	1/120	49,21	16,5	10	7,2	184,8
4. Пюре картофельное	1/150	18,47	3,2	5,3	21,4	146,3
4. Сок	1/200	25,40	1	0,2	20,2	86
5. Хлеб пшеничный	1/60	7,50	4,6	0,5	29,5	141
6. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78
<b>ИТОГО</b>		<b>153,63</b>	<b>31,7</b>	<b>24</b>	<b>114,7</b>	<b>794</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
1. Булка обыкновенная	1/100	23,62	8	10	59	358
2. Йогурт питьевой	1/200	100	5,8	5	8,4	108
<b>ИТОГО</b>		<b>123,62</b>	<b>13,8</b>	<b>15</b>	<b>67,4</b>	<b>466</b>
<b>Всего за день</b>		<b>363,40</b>	<b>58,92</b>	<b>59,67</b>	<b>224,4</b>	<b>1947,5</b>
Калькулятор			Чаплинская Т.А.			
Ответственный за питание			Перельгина Е.В.			