



МЕНЮ на 22.11.22						
11-17			Химический состав			Энерг. ценнос
ЗАВТРАК			Белки	Жиры	Углев.	Ккалор.
1. Бутерброд с маслом, джемом	1/55	19,64	2,4	5	30	172,8
2. Биточки из говядины	1/80	48,29	8,6	9,8	9,4	163,2
3. Гречка отварная	1/150	18,31	8,8	10,2	25,4	225
3. Чай с лимоном	1/200	5,25	0,2	0	10,1	42,2
4. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
<b>ИТОГО</b>		<b>96,69</b>	<b>22,4</b>	<b>25,5</b>	<b>90,9</b>	<b>682</b>
<b>ОБЕД</b>						
1. Икра кабачковая	1/100	23,00	1,9	8,9	21,4	119
2. Рассольник "Ленинградский"	1/250	38,82	5,7	8,7	16,7	169,8
3. Рыба тушеная с овощами	1/120	62,89	21,5	13,7	10,5	251,2
4. Макароны отв отварные	1/180	12,33	3,5	5,7	28,5	180,1
5. Компот из ягоды	1/200	39,91	0,6	0,2	16,9	75,9
6. Хлеб пшеничный	1/80	10,40	2,4	0,5	16	78,8
7. Хлеб ржаной	1/40	<u>5,20</u>	4,6	0,5	29,5	141
<b>ИТОГО</b>		<b>192,55</b>	<b>40,2</b>	<b>38,2</b>	<b>125,8</b>	<b>1015,8</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
1. Печенье	1/40	15,40	1,8	3	30	154,2
2. Сок	1/200	<u>27,30</u>	10	6,4	7	136
<b>ИТОГО</b>		<b>42,70</b>	<b>72,60</b>	<b>70,10</b>	<b>223,7</b>	<b>1833,8</b>
Общая стоимость:		<b>331,94</b>				
Калькулятор			Чаплинская Т.А.			
Ответственный за питание			Перельгина Е.В.			