



МЕНЮ на 23.11.22						
7-10			Химический состав			Энерг.Цен
<u>ЗАВТРАК</u>			Белки	Жиры	Углевод	Энерг.Цен
1. Бутерброд с маслом	1/40	14,53	2,4	9,2	15,5	153,4
2. Суп молочный с макаронами	1/200	24,48	6,4	7,9	19,3	174
3. Какао с молоком	1/180	13,84	3,4	2,7	17,2	107,5
4. Хлеб ржаной	1/20	2,60	1,2	0,2	7,5	38
5. Яблоки	1/120	32,40	0,6	0,6	14,7	71
<b>ИТОГО:</b>		<b>87,85</b>	<b>14</b>	<b>20,6</b>	<b>74,2</b>	<b>543,9</b>
<u>ОБЕД</u>						
1. Огурцы консервированные	1/60	24,6	0,5	0,1	1	7,8
2. Суп картофельный с мясом со сметаной	1/180	23,08	2,1	3,4	14,2	95,8
3. Бефстроганов из отварного мяса	1/90	83,86	11,3	12,9	3,5	160,4
4. Рис отварной	1/150	12,69	3,7	5,9	38,9	223,4
5. Напиток из плодов шиповника	1/180	7,41	0,6	0,3	17,1	84,4
6. Хлеб пшеничный	1/50	6,50	3,8	0,4	24,6	117,5
7. Хлеб ржаной	1/30	3,90	1,8	0,4	12	59,1
<b>ИТОГО:</b>		<b>162,04</b>	<b>23,8</b>	<b>23,4</b>	<b>111,3</b>	<b>748,4</b>
<u>ПОЛДНИК</u>						
1. Булка обыкновенная	1/100	23,28	6,2	3,3	47,4	244,1
2. Молоко кипяченое	1/200	21,1	5,9	5,1	9,8	110,5
<b>ИТОГО:</b>		<b>44,38</b>	<b>7,4</b>	<b>7,10</b>	<b>24,7</b>	<b>193,9</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>294,27</b>	<b>45,2</b>	<b>51,10</b>	<b>210,2</b>	<b>1486,2</b>
Калькулятор			Чаплинская Т.А.			
Ответственный за питание			Перелыгина Е.В.			