



МЕНЮ на 10.01.2023			Химический состав			Энергет. ценность
			Белки	Жиры	Углев.	
7-10						
ЗАВТРАК						
1. Бутерброд с маслом	30/10	14,53	2,4	9,2	15,5	153,4
2. Каша манная с маслом	1/160	15,87	4,4	6,1	20	152,5
3. Чай с сахаром	1/200	1,83	0,1	0	9,9	10
4. Хлеб ржаной	1/20	2,60	1,2	0,2	8	39,4
ИТОГО		34,83	8,10	15,50	53,40	315,90
ОБЕД						
1. Горошек зелен. Консервированный	1/60	29,70	6,9	5,4	4,1	93
2. Щи из свеж капусты с мясом	1/180	23,08	3,8	5,7	6,7	95,2
3. Биточки рыбные с соусом	1/120	49,39	12,6	11,5	15,4	219,4
4.Макарони отварные	1/150	10,24	5,2	4,8	33,8	199,7
5. Сок	1/200	25,84	1	0,2	20,2	86
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
ИТОГО		148,65	35,10	28,40	116,80	869,90
ПОЛДНИК						
1.Булка	1/100	23,21	8,2	5,9	57,5	305
2.Молоко кипяченое	1/200	23,70	5,9	5,1	9,8	110,5
ИТОГО		46,91	14,10	11,00	67,30	415,50
Общая стоимость		230,39	57,30	54,90	237,50	1 601,30
Калькулятор		Сложеникина Н.А.				
Ответственный за питание		Перелыгина Е.В.				