



МЕНЮ на 04.04.2023 г

7-10			Химический состав			Энерг.ценн.
			Белки	Жиры	Углев.	Ккал.
ЗАВТРАК						
1. Бутерброд с маслом	30/10	18,13	2,4	9,2	15,5	153,4
2. Каша манная молочная с маслом	160/5	18,36	4,4	6,1	20	152,5
3. Какао с молоком	1/180	17,21	3,4	2,7	14,3	95,9
4. Хлеб ржаной	1/20	2,60	1,2	0,2	8	39,4
5. Яблоко	1/136	27,20	0,54	0,54	13,3	64
ИТОГО		83,50	11,94	18,74	71,1	505,2
ОБЕД						
1. Горошек зеленый конс.	1/60	27,20	1,8	0	3,6	21
2. Щи из свежей капусты с картофелем.	1/180	24,59	3,8	5,7	6,7	95,2
3. Биточки рыбные в смет. соусе	1/120	47,42	12,6	11,5	15,4	219,4
4. Макароны отварные	150/5	12,18	5,2	4,8	33,8	199,7
5. Сок	1/200	27,40	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		149,19	30	23	116,3	797,9
ПОЛДНИК						
1. Ватрушка с повидлом	1/100	22,55	10,9	6,6	34,3	240,2
2. Йогурт	1/100	60	5	3,2	3,5	68
ИТОГО		82,55	15,9	9,8	37,8	308,2
Общая стоимость:			315,24	57,84	51,54	1611,3
Калькулятор		Чаплинская Т.А				
Ответственный за питание		Перелыгина Е.В.				