

Утверждаю
Директор



Меню

" 10 " сентября 2021г.

Возрастная категория:
от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 7								
ЗАВТРАК	Салат из свеклы отварной (завтрак)**	60	0,90	3,05	5,28	52,17	52	
	Плов из свинины	150	25,80	9,30	31,95	315	265	
	Компот из сухофруктов	200	1,10	0,06	49,46	202,3	349	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
	Фрукты (слива)*	100	0,80	0,30	9,60	44	338	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		580	33,17	13,32	130,55	763,11		108.90
ОБЕД	Рассольник	250	2,50	5,33	24,80	116,27	94	
	Овощи натуральные свежие (огурцы в нарезке)**	100	0,70	0,10	1,90	12	71	
	Котлеты, биточки (особые свин/говяж) (с соусом)	100/20	17,39	12,93	14,10	239,67	269	
	Макаронные изделия отварные с маслом (обед)	180	6,68	8,24	41,96	273,19	203	
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
ИТОГО ЗА ОБЕД		1000	33,24	27,61	147,02	922,21		152.57
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1970	79,41	52,22	352,01	2136,26		261.47