

Утверждаю

Директор



Меню

" 03 " сентября 2024г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 2								
ЗАВТРАК	Салат из белокочанной капусты(завтрак)	60	1.16	2.47	5.63	49.57	45	
	Тефтели 2-й вариант 100/20	120	9.95	8.04	12.35	190.33	279	
	Макаронные изделия отварные с маслом(завтрак)	150	5.82	7.67	33.61	229.16	203	
	Чай с лимоном и сахаром	200	0.26	0.00	7.24	30.52	376	
	Хлеб пшеничный	45	3.56	0.45	21.73	96.12	Н	
	Хлеб ржаной	30	1.41	0.21	14.94	64.2	Н	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК								87.63
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	2.03	5,17	13.40	108.55	82	
	Салат из свеклы отварной	100	1.50	4.10	8.80	77.96	52	
	Котлеты или биточки рыбные(с маслом)100/5	105	14.85	6.55	7.97	147.17	234	
	Картофель отварной(с маслом)	180	3.46	6.79	23.96	180	125	
	Сок фруктовый	200	1.00	0.00	20.20	84.44	389	
	Хлеб пшеничный	45	3.56	0.45	21.73	96.12	Н	
	Хлеб ржаной	30	1.41	0.21	14.94	64.2	Н	
Мармелад	40	0.04	0.00	28.96	120	Н		
ИТОГО ЗА ОБЕД								131.16
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:								218.79