



153



МЕНЮ № 07 06 2022
3-разовое 2-неделя

	Наименование блюда	Выход	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ккал	Цена, руб	% энергии суточного рациона
7-й день (вторник)							190,00	
завтрак								
168-2010	Каша молочная манная с маслом сливочным	200/5	6,51	5,6	25,81	303,7		12,9
41-2005	Масло сливочное (порция)	10	0,08	7,25	0,13	66,1		2,8
42-2005	сыр твердых сортов (в нарезке)	15	4,92	6,21		75,6		3,2
	кофейный напиток на молоке	200			3,99	16,0		0,7
пром.	хлеб пшеничный 1/40 ,ржаной 1/25	65	3,04	0,36	18,68	90,1		3,8
	печенье в ассортименте	60	1,52	0,18	9,34	65,1		2,77
	итого	555				616,5	70,0	23,5
обед								
пром.	Овощи натуральные /помидоры свежие/ (в нарезке)	60	1,1	5,11	3,87	30,0		1,3
84-2015	Борщ с фасолью и картофелем	250	3,59	5,05	11,93	195,0		8,3
пром.	Сметана в суп	10	0,3	1	0,29	11,4		0,5
пром.	Зелень свежая в суп	3	0,13	0,03	0,2	1,5		0,1
229-2015	Минтай тушеный с овощами	100	12,41	4,26	7,03	264,6		11,3
316-2011	рис припущенный	180	5,17	3,47	31,48	386,5		8,9
859-2005	Компот из свежих фруктов	200	0,742	0,564	42,252	110,0		4,7
пром.	хлеб пшеничный 1С	60	1,52	0,18	9,34	45,1		1,9
пром.	хлеб ржано-пшеничный	30	2,92	0,4	18,8	90,48		3,85
	итого	893				1134	95,0	40,7
	всего					1751,0		64,2
полдник								
111-2000	Плюшка "Московская"	100	9,45	1,90	14,74	213,48		
пром	Молоко кипяченое 3,2%	200	6	6,4	9,4	119,20		
	Всего	300	15,45	8,30	24,14	333	25,0	