



Утверждено
 Директор ООО "ЭВРИКА-11"
 Л.С. Рыхлицкая



МЕНЮ F 15 06 2022
 3-разовое 1-неделя

	Наименование блюда	Выход	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,	ккал	Цена, руб.	% энергии суточного рациона
3-й день (среда)							190,00	
завтрак								
	каша молочная рисовая	200/5	8,95	7,09	34,49	456,00		19,4
	чай с сахаром	200/7				78,00		4,2
пром.	хлеб пшеничный 1/30,ржаной 1/20	50	3,04	0,36	18,68	90,12		3,8
пром	Фрукты свежие	120	0,35	0,35	8,62	60,00		2,6
	итого	575				684,12	70,00	27,4
обед								
71-2015	овощи натуральные /помидоры свежие/	60	0,76	5,27	5,99	13,11		0,6
113-1996	Борщ Сибирский	250	2,62	2,86	19,71	115,06		4,9
пром.	зелень свежая в суп	3	0,13	0,03	0,2	1,5		0,1
пром.	сметана в суп	10	0,3	1	0,29	11,36		0,5
239-2015	Тефтели рыбные, запеченные в соусе белом осн (минтай)	120	9,35	1,55	11,65	380,95		16,2
316-2011	рис припущенный	180	5,84	8,43	23,39	303,50		8,2
868-2005	компот из изюма	200	0,6	0,12	28,33	94,2		4,0
пром	хлеб пшеничный 1 С	60	1,52	0,18	9,34	45,06		1,9
пром	хлеб ржано-пшеничный	30	2,92	0,4	18,8	90,48		3,9
	итого	893				1055,22	95,00	40,2
	всего					1739,34		67,6
полдник								
	булочка Ванильная обсыпанная сахарной пудрой	100	2,04	1,47	17,64	191,96		
пром	сок в ассортименте	200	0,6		34	138,40		
	итого	300	2,64	1,470001	51,64	330,36	25,00	
	Всего							