



МЕНЮ F 16 06 2022
3-разовое 1-неделя

| | Наименование блюда | Выход | Белки,г | Жиры,г | Углеводы, | ккал | Цена, руб. | % энергии суточного рациона |
|---------------------------|--|------------|-------------|-------------|--------------|----------------|--------------|-----------------------------|
| 4-й день (четверг) | | | | | | | 190,00 | |
| завтрак | | | | | | | | |
| 168-2010 | Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | 200/5 | 10,46 | 4,89 | 46,65 | 305,8 | | 13,01 |
| | бутерброд с повидлом 30/30 | 60 | 0,04 | 3,63 | 0,07 | 132,6 | | 5,64 |
| 397-2011 | кофейный напиток на молоке | 200 | 1,86 | 2,33 | 17,76 | 145,2 | | 6,18 |
| пром. | хлеб пшеничный 1/50, ржано 1/30 | 80 | 3,04 | 0,36 | 18,68 | 90,1 | | 3,83 |
| | итого | 550 | | | | 673,7 | 70,00 | 28,67 |
| обед | | | | | | | | |
| 13-2010 | помидоры св /нарезка/ | 60 | 1,72 | | 13,05 | 12,12 | | 3,1 |
| 131-2013 | Свекольник со сметаной и зеленью свежей 250/10/3 | 263 | 2,76 | 2,76 | 18,16 | 155,4 | | 6,61 |
| Пермь | кнели куриные с рисом в соусе сметан. | 100 | 20,15 | 22,52 | 35,42 | 355,10 | | 16,17 |
| 474-2004 | макаронные изделия отварные | 180 | 3,2 | 3,92 | 21,01 | 397,25 | | 16,9 |
| 708-2005 | компот из св/м ягоды | 200 | | | 9,98 | 124,2 | | 5,29 |
| пром. | хлеб пшеничный 1 с | 60 | 1,52 | 0,18 | 9,34 | 45,1 | | 1,92 |
| пром. | хлеб ржано пшеничный | 30 | 2,92 | 0,4 | 18,8 | 90,5 | | 3,85 |
| | итого | 893 | | | | 1179,61 | 95,00 | 53,84 |
| | всего | | | | | 1853,33 | | 82,51 |
| полдник | | | | | | | | |
| 126-2000 | булочка "Домашняя" | 100 | 3,40 | 2,05 | 21,15 | 216,65 | | |
| пром | Молоко кипяченое 3,2% | 200 | 6 | 6,4 | 9,4 | 119,20 | | |
| | Всего | 300 | 9,40 | 8,45 | 30,55 | 335,85 | 25,00 | |