



МЕНЮ 1 неделя 3 день

«13» 10 2021 г.

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
ЗАВТРАК					
Каша рисовая молочная с маслом сл	150/5	3,9	6,3	21,6	159,0
Запеканка из творога с морковью и молоком сгущенным	60/20	13,5	7,8	24,8	235,0
Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	15,2	62,0
Батон обогащенный микронутр.	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого завтрак: 63 руб		20,0	15,3	87,8	581,0
ОБЕД					
Винегрет овощной с сельдью и маслом раст. (01.03 с луком зеленым)	60/20	2,18	3,82	3,0	78,0
Щи из свежей капусты с карт и смет.	200/5	2,4	4,64	13,76	96,0
Зразы рубленые	90	15,2	16,0	10,8	189,0
Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,8	31,3	191,0
Сок фруктовый (апельсиновый)	200	1,4	0,2	26,4	114,0
Батон обогащенный микронутр.	40	2,7	0,32	17,0	90,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащен.	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Итого обед: 110 руб		31,2	30,48	118,66	836,0
ОБЕД					
Винегрет овощной с маслом раст. (с 01.03 с луком зеленым)	100	1,4	10,1	6,6	123,0
Щи из свежей капусты с карт и смет.	250/5	4,0	6,6	8,0	116,0
Зразы рубленые	100	16,8	17,78	0,4	266,0
Макаронные изделия отварные	180	6,6	5,76	37,56	229,0
Сок фруктовый (апельсиновый)	200	0,14	0,12	26,4	115,0
Батон обогащенный микронутр.	40	3,0	1,12	23,24	115,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащен.	40	2,72	0,32	17,0	90,0
Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого обед: 173 руб		35,06	42,28	129,0	1101,0

Заведующий производством

Кудряшова