



### МЕНЮ 1 неделя 1 день

| Наименование  | Выход<br>г. | Белки<br>г.  | Жиры<br>г.   | Уг-ды<br>г.   | Энерг.<br>Цен.,г. |
|---|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------------|
| <b><u>ЗАВТРАК</u></b>   |             |              |              |               |                   |
| Бутерброд с сыром   | 15/20       | 5,0          | 5,0          | 10,3          | 132,0             |
| Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным                         | 150/5       | 5,1          | 7,5          | 18,9          | 163,0             |
| Какао с молоком   | 200         | 2,9          | 2,5          | 24,8          | 134,0             |
| Батон обогащенный микронутр.  | 25          | 1,9          | 0,7          | 16,4          | 78,0              |
| Яблоко свежее   | 100         | 0,4          | 0,4          | 9,8           | 47,0              |
| <b>Итого завтрак: 68р 50к</b>   |             | <b>15,3</b>  | <b>16,1</b>  | <b>80,2</b>   | <b>502,0</b>      |
| <b><u>ОБЕД</u></b>  |             |              |              |               |                   |
| Салат картофельный с сол.огурцами и маслом раст. (с 01.03 луком зел.) | 60          | 0,8          | 5,3          | 14,3          | 50,0              |
| Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной                        | 200/5       | 1,5          | 4,3          | 10,4          | 110,0             |
| Плов из птицы   | 200         | 20,7         | 17,27        | 36,9          | 359               |
| Компот из смеси сухофруктов с вит.С                                   | 200         | 0,6          | 0,1          | 31,7          | 131,0             |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащен.  | 40          | 2,7          | 0,32         | 17,0          | 90,0              |
| Батон обогащенный микронутр.  | 25          | 1,9          | 0,7          | 16,4          | 78,0              |
| <b>Итого обед: 119р 50к</b>   |             | <b>28,2</b>  | <b>27,99</b> | <b>126,7</b>  | <b>818,0</b>      |
| <b><u>ОБЕД</u></b>  |             |              |              |               |                   |
| Салат из квашеной капусты с маслом растит. (с 01.03 с луком зеленым)  | 100         | 1,6          | 5,1          | 7,7           | 83,0              |
| Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной                        | 250/5       | 3,2          | 5,6          | 12,1          | 112,0             |
| Плов из птицы   | 250         | 29,0         | 22,8         | 36,2          | 476,0             |
| Компот из смеси сухофруктов с вит.С                                   | 200         | 0,0,6        | 0,1          | 31,7          | 131,0             |
| Батон обогащенный микронутр.  | 40          | 3,0          | 1,12         | 23,24         | 125,0             |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащен.  | 40          | 2,72         | 0,32         | 17,0          | 90,0              |
| Яблоко свежее   | 100         | 0,4          | 0,4          | 9,8           | 47,0              |
| <b>Итого обед: 188 руб</b>  |             | <b>40,52</b> | <b>35,44</b> | <b>137,74</b> | <b>1063,0</b>     |