



«Артис - Детское питание»
Ляско М.В.



№ 348
О.Ковалева

МЕНЮ 2 неделя 3 день

2022 г

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг. ды г.	Энерг. Цен., г.
ЗАВТРАК					
Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63,0
Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком	150/20	8,5	11,4	44,4	317,0
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: 87р 45к		16,2	17,2	86,1	567,0
ОБЕД					
Помидор свежий (кусочком)	60	0,2	0,0	2,3	11,0
Борщ с фасолью и карт. со сметаной	200/5	4,0	5,0	15,0	130,0
Тефтели (1-й вариант), соус томат.	90/30	13,35	15,6	9,9	238,0
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206,0
Компот из чернослива с вит. «С»	200	0,6	0,2	29,3	124,0
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
Итого обед: 131р 17к		26,35	26,42	127,6	877,0
ОБЕД					
Помидор свежий (кусочком)	100	0,3	0,0	3,8	28,0
Борщ с фасолью и карт со сметаной	250/5	4,9	5,8	15,6	134,0
Тефтели (1-й вариант), соус томат.	100/20	8,9	11,4	8,0	186,0
Каша гречневая рассыпчатая	180	4,3	5,5	45,2	247,0
Компот из чернослива с вит. С	200	0,6	0,2	29,3	124,0
Ватрушка с творогом	75	2,0	1,5	15,4	134,0
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
Итого обед: 218р 62к		26,72	25,84	157,54	1058,0

Заведующий производством

Кузнецова