

МЕНЮ НА 04.04.23

Если 12 часов

ДЕНЬ 18

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170		7,1	9,1	1,4	116,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160		3,3	3,4	10,8	87,4
БАТОН	25		2,0	0,3	12,3	59,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) ,СЫР	5/9		1,0/1,8	4,1/1,8	0	37,4/28,9
			15,2	18,7	24,5	329,2
II Завтрак						
ЯБЛОКО	140		0,5	0,5	13,7	65,8
			0,5	0,5	13,7	65,8
Обед						
САЛАТ ИЗ КАРТОФ.И СОЛЕН.ОГУРЦА	30		0,4	1,5	2,5	25,9
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160/9		6,3	8,9	18,8	185,1
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С ГУЛЯШОМ ИЗ ПЕЧЕНИ	110/60		4,65/9,5	3,5/4,15	18,5/4,15	141/103,2
КОМПОТ ИЗ СВ.ВИШНИ	150				6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
			25,75	18,65	82,85	634,9
Полдник						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180		0,3	0	10,4	43,7
БАТОН С СЫРОМ	30/10		2,3/2,0	2,9/2,55	22,3/	125,1/32,0
			4,6	5,45	32,7	200,8
Ужин						
МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ	50		0,5		2,8	14,2
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖ. ТЕСТА С КАРТОФЕЛЕМ	130		9,0	11,1	57,0	364,6
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180		4,3	4,8	25,1	160,9
			13,8	15,9	84,9	539,7

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ149	59,8 5	59,2	238,65	1770,4
------------------------------------	---------------	-------------	---------------	---------------