



МЕНЮ на 05.11.2024 г

7-11			Химический состав			Энерг.ценн.
			Белки	Жиры	Углев.	Ккал.
ЗАВТРАК						
1. Бутерброд с маслом	30/10	19,03	2,4	9,2	15,5	153,4
2. Каша манная молочная с маслом	160/5	20,01	4,4	6,1	20	152,5
3. Какао с молоком	1/180	20,43	3,4	2,7	14,3	95,9
4. Хлеб ржаной	1/20	2,80	1,2	0,2	8	39,4
ИТОГО		62,27	11,4	18,2	57,8	441,2
ОБЕД						
1. Салат из моркови	1/60	11,57	0,7	5,9	5,2	77,2
2. Щи из свежей капусты с картофелем.	1/200	35,53	4,2	6,3	7,4	105,6
3. Биточки рыбные в смет. соусе	1/120	54,08	12,6	11,5	15,4	219,4
4. Макароны отварные	150/5	13,90	5,2	4,8	33,8	199,7
5. Сок	1/200	35,80	1	0,2	20,2	86
6. Хлеб пшеничный	1/50	7,00	3,8	0,4	24,6	117,5
7. Хлеб ржаной	1/30	4,20	1,8	0,4	12	59,1
ИТОГО		162,08	29,3	29,5	118,6	864,5
ПОЛДНИК						
1. Печенье	1/30	10,80	2,3	2,9	22,3	125,1
2. Йогурт фруктовый	1/200	107,20	5,0	2,4	2,7	150,0
ИТОГО		118,00	7,3	5,3	25	275,1
Общая стоимость:		342,35	48	53,00	201,4	1580,8
Калькулятор			Чаплинская Т.А.			
Ответственный за питание			Перелыгина Е.В.			