

Кухня
Сад (с 3 до 7 лет) 0%

МЕНЮ
16.01.2023 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак	453	12,48	16,97	62,56	2,01		
Каша пшеничная вязкая молочная	289	9,79	9,21	41,86	1,98	200	22,30
Чай с сахаром	39	0,06	0,03	9,47	0,03	180	0,85
Масло (порциями)	66	0,08	7,25	0,13		5	4,49
Хлеб пшеничный	59	2,55	0,48	11,10		30	1,42
Второй завтрак	76	1,20	0,40	16,80	6,40		
Бананы	76	1,20	0,40	16,80	6,40	80	13,71
Обед	542	16,53	19,59	75,25	43,12		
Свекольник со сметаной	118	2,10	6,87	12,02	14,11	180	10,00
Тефтели мясные (2-й вариант)	107	6,82	6,21	6,05	0,90	70	64,62
Пюре картофельное	161	3,50	5,79	23,84	28,11	130	15,66
Огурцы соленые						50	7,23
Компот из смеси сухофруктов	58			14,37		180	3,41
Хлеб пшеничный	53	2,40	0,42	10,11		30	1,42
Хлеб ржаной	45	1,71	0,31	8,86		26	1,40
Полдник	454	25,22	15,75	53,29	34,33		
Котлеты рыбные	123	19,87	3,58	2,84	0,53	70	19,80
Вафли	153	1,65	7,80	19,20		30	6,00
Сок яблочный	63	0,75		15,15	3,00	150	10,68
Хлеб ржаной	45	1,71	0,31	8,86		26	1,41
Салат "Витаминный"	70	1,24	4,06	7,24	30,80	60	5,36
Итого за день:	1 525	55,44	52,71	207,91	85,86		189,76

Составитель

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)