

Кухня  
Сад (с 3 до 7 лет) 0%

# МЕНЮ

23.01.2023 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
<b>Завтрак</b>	<b>352</b>	<b>5,63</b>	<b>11,64</b>	<b>55,92</b>	<b>0,03</b>		
Каша пшениная вязкая молочная	188	2,94	3,88	35,22		200	22,44
Чай с сахаром	39	0,06	0,03	9,47	0,03	180	0,93
Масло (порциями)	66	0,08	7,25	0,13		5	4,17
Хлеб пшеничный	59	2,55	0,48	11,10		30	1,56
<b>Второй завтрак</b>	<b>237</b>	<b>2,65</b>	<b>7,80</b>	<b>39,40</b>	<b>5,33</b>		
Вафли	153	1,65	7,80	19,20		30	6,00
Сок яблочный	84	1,00		20,20	5,33	200	13,55
<b>Обед</b>	<b>503</b>	<b>12,68</b>	<b>17,28</b>	<b>73,98</b>	<b>44,12</b>		
Борщ с картофелем	118	2,10	6,87	12,02	14,11	180	13,00
Тсфтели из печени с рисом	77	3,73	4,05	6,33	2,71	80	53,45
Картофель отварной	151	2,78	5,61	22,32	27,30	130	16,80
Компот из смеси сухофруктов	58			14,37		180	3,77
Хлеб пшеничный	59	2,55	0,48	11,10		30	1,56
Хлеб ржаной	40	1,52	0,27	7,84		23	1,24
<b>Полдник</b>	<b>336</b>	<b>30,06</b>	<b>12,15</b>	<b>26,49</b>	<b>1,86</b>		
Биточки из рыбы	123	19,87	3,58	2,84	0,53	70	32,56
Какао с молоком	105	3,40	3,66	14,51	1,33	180	16,46
Яйца вареные	63	5,08	4,60	0,28		1 шт	8,91
Хлеб ржаной	45	1,71	0,31	8,86		26	1,40
<b>Итого за день:</b>	<b>1 428</b>	<b>51,02</b>	<b>48,87</b>	<b>195,79</b>	<b>51,34</b>		<b>197,80</b>

Составитель

(должность)

(подпись)

( ФИО )

(должность)

(подпись)

( ФИО )

(должность)

(подпись)

( ФИО )