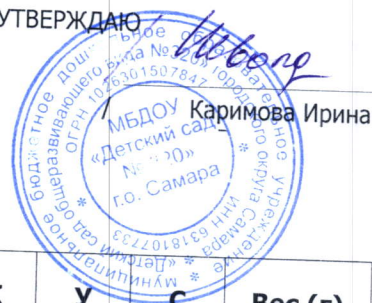


МЕНЮ**22.06.2023 четверг**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	489	14,55	20,28	62,13	1,69		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Молоко кипяченое	95	4,74	5,07	7,70	0,94	180	419
Каша кукурузная вязкая молочная	258	7,36	7,66	39,81	0,75	180/5/5	182
Второй завтрак	56	2,80	3,20	4,10	0,70		
Кефир	56	2,80	3,20	4,10	0,70	100	420
Обед	705	29,62	18,76	104,10	6,41		
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Котлеты рубленые из курицы	129	9,05	8,21	4,60	0,08	60	322
Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
Икра кабачковая	44	0,75	3,17	3,11	1,12	40	54
Суп рыбный с крупой (минтай)	89	5,90	2,38	10,96	5,21	180	95
Полдник	240	3,05	0,39	56,04	0,61		
Бутерброды со сгущенным молоком	95	2,27	0,39	20,57	0,18	50	2
Компот из чернослива	145	0,78		35,47	0,43	180	390
Ужин	437	13,93	17,08	56,99	22,58		
Картофель отварной	146	3,05	4,17	24,08	21,98	150/5	136
Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
Чай с лимоном	29	0,08	0,01	7,24	0,60	180	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 927	63,95	59,71	283,36	31,99		

МЕНЮ

22.06.2023 четверг



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	455	13,14	17,41	61,44	1,04		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200	419
Каша кукурузная вязкая молочная	213	5,43	4,23	38,27		200/5/5	182
Второй завтрак	56	2,80	3,20	4,10	0,70		
Кефир	56	2,80	3,20	4,10	0,70	100	420
Обед	712	31,49	24,26	91,78	7,27		
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Котлеты рубленные из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70	322
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50	54
Суп рыбный с крупой (минтай)	99	6,57	2,64	12,18	5,78	200	95
Полдник	256	3,13	0,39	59,99	0,66		
Бутерброды со сгущенным молоком	95	2,27	0,39	20,57	0,18	50	2
Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200	390
Ужин	428	14,01	17,11	54,45	22,76		
Картофель отварной	146	3,05	4,17	24,08	21,98	150/5	136
Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 907	64,57	62,37	271,76	32,43		

Заведующего

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

22.06.2023 **четверг**



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	373	6,50	11,54	60,88	0,85		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Каша кукурузная на воде (аллергик)	200	3,94	3,96	37,16	0,83	200/5/5	182
Обед	712	31,49	24,26	91,78	7,27		
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Котлеты рубленные из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70	322
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50	54
Суп рыбный с крупой (минтай)	99	6,57	2,64	12,18	5,78	200	95
Полдник	256	3,13	0,39	59,99	0,66		
Бутерброды со сгущенным молоком	95	2,27	0,39	20,57	0,18	50	2
Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200	390
Ужин	428	14,01	17,11	54,45	22,76		
Картофель отварной	146	3,05	4,17	24,08	21,98	150/5	136
Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 769	55,13	53,30	267,10	31,54		