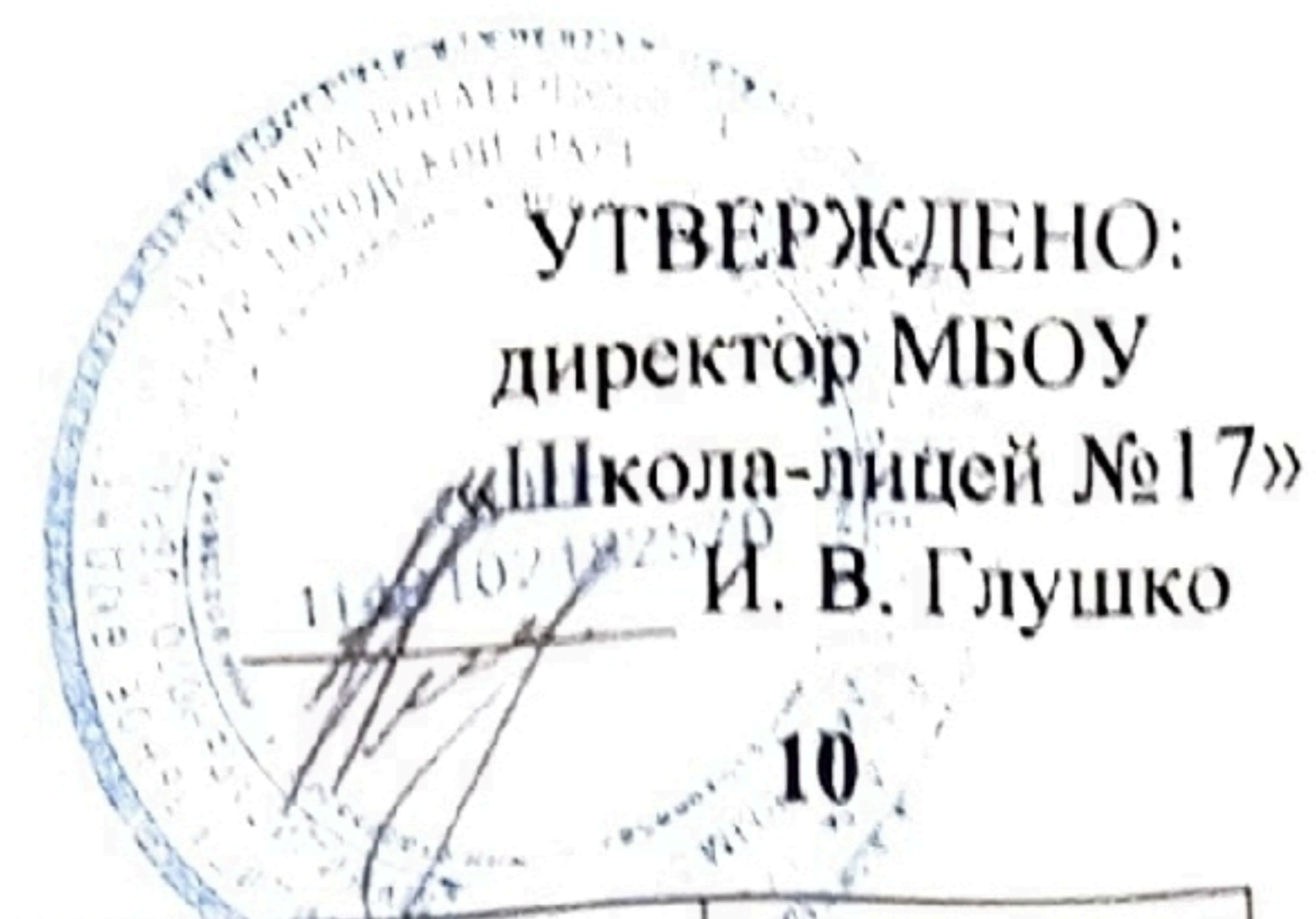




Меню на 22.09.2023

Категория  
Довольствующихся: сад 12 ч.



Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность (ккал)	№ рецептур ы
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная «Дружба»	200	5,8	3,5	28,9	162,5	185
Кофейный напиток	180	2,85	2,41	14,36	91	395
Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1
<b>ИТОГО:</b>	<b>425</b>	<b>11,1</b>	<b>13,46</b>	<b>57,88</b>	<b>389,5</b>	
<b>2-й завтрак</b>						
Фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,00	95	368
<b>Обед</b>						
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	б/н
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	4,48	2,42	12,53	89,8	84
Салат из свежих помидоров и огурцов	50	0,54	3,08	1,73	36,86	15
Биточки из говядины рубленные	80	11,92	8,80	11,64	173	282
Соус томатный	30	0,34	1,26	2,4	22,35	348
Каша ячневая	155	3,3	4,06	21,24	135	168
Компот из сухо фруктов	180	0,4	0,02	24,99	102	376
<b>ИТОГО:</b>	<b>835</b>	<b>25,64</b>	<b>20,54</b>	<b>114,85</b>	<b>748,01</b>	
<b>Уплотнённый полдник</b>						
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	392
Булочка ванильная	50	3,96	4,06	27,24	162	467
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,3	б/н
Рагу овощное	220	4,18	9,5	19,72	181,06	342
<b>ИТОГО:</b>	<b>495</b>	<b>11,17</b>	<b>14,12</b>	<b>71,98</b>	<b>461,36</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>57,91</b>	<b>48,12</b>	<b>244,71</b>	<b>1598,87</b>	

Повар  Берестовая Н. М.  
Мед. сестра  Григорьева А.М.