

Меню 07.10.2021

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг) |
|-------------------------|--|--|
| <u>Завтрак</u> | | |
| 80 | <i>Бутербород с мясными кулинарными изделиями (котлета свиная)</i> | кКал-187, Бел-10, Жир-6, Угл-23 |
| 200 | <i>Каша ячневая молочная жидкая (б/м/с)</i> | кКал-185, Бел-5, Жир-3, Угл-33 |
| 10 | <i>Масло сливочное</i> | кКал-66, Жир-7 |
| 185/15/7 | <i>Чай с сахаром и лимоном (рец.431)</i> | кКал-62, Угл-15 |
| 160 | <i>Груша свежая</i> | кКал-75, Бел-1, Угл-16 |
| 20 | <i>Батон Нарезной</i> | кКал-47, Бел-2, Угл-10 |
| Итого за Завтрак | | кКал-622, Бел-18, Жир-16, Угл-97 |
| <u>Обед</u> | | |
| 60 | <i>Салат из белокачанной капусты с морковью</i> | кКал-36, Бел-1, Жир-2, Угл-4 |
| 200 | <i>Суп с бобовыми (гороховый)</i> | кКал-442, Бел-6, Жир-38, Угл-13 |
| 15 | <i>Цыпленок отварной (в 1 блюдо)</i> | кКал-39, Бел-4, Жир-3 |
| 60 | <i>Печень по-строгановски говядяся</i> | кКал-170, Бел-15, Жир-10 |
| 50 | <i>Соус сметанный с луком для печени по-строгановски</i> | кКал-44, Бел-1, Жир-3, Угл-4 |
| 150 | <i>Рис отварной</i> | кКал-210, Бел-4, Жир-5, Угл-37 |
| 200 | <i>Компот из свежих яблок (рец.372)</i> | кКал-573, Бел-1, Жир-1, Угл-139 |
| 48 | <i>Хлеб Дарницкий</i> | кКал-122, Бел-3, Жир-1, Угл-24 |
| Итого за Обед | | кКал-1 636, Бел-35, Жир-63, Угл-221 |
| Итого за день | | кКал-2 258, Бел-53, Жир-79, Угл-318 |

Зав. производством



М.С.Честнова

Бухгалтер

Сен

С.В. Скворцова