

## Меню 1 21.04.2022

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
45	Бутерброд с сыром	кКал-154, Бел-6, Жир-8, Угл-15
200	Каша пшеничная молочная жидкая (б/м/с)	кКал-219, Бел-7, Жир-4, Угл-37
5	Масло сливочное	кКал-33, Жир-4
200	Напиток кофейный с молоком сгущенным	кКал-137, Бел-4, Жир-4, Угл-23
160	Яблоко свежее	кКал-75, Бел-1, Жир-1, Угл-16
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-618, Бел-18, Жир-21, Угл-91
<u>Обед</u>		
60	Винегрет овощной	кКал-75, Бел-1, Жир-6, Угл-4
250	Щи из свежей капусты с картофелем (рец. 84)	кКал-408, Бел-8, Жир-25, Угл-31
15	Цыпленок отварной (в 1 блюдо)	кКал-39, Бел-4, Жир-3
50	Котлеты или биточки рыбные (биточек) (б/м/с)	кКал-94, Бел-7, Жир-4, Угл-8
100	Пюре картофельное (б/м/с)	кКал-110, Бел-2, Жир-5, Угл-12
200	Сок в ассортименте	кКал-118, Бел-6, Жир-6, Угл-6
48	Хлеб Дарницкий	кКал-122, Бел-3, Жир-1, Угл-24
37	Батон Нарезной	кКал-87, Бел-3, Угл-18
<b>Итого за Обед</b>		кКал-1053, Бел-34, Жир-50, Угл-103
<b>Итого за день</b>		кКал-1671, Бел-52, Жир-71, Угл-194

Заведующая  
производством



С.А. Волкова



С.В. Скворцова