

АО "Артис-Детское питание"
Ляско М.В.



МЕНЮ 1 неделя 5 день

2023 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	150/5	3,93	6,33	23,85	174,62
Бутерброд с сыром	15/20	4,98	5,01	10,28	117,00
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,41	26,42
Фрукты свежие	110	0,44	0,33	11,33	51,70
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	30	1,88	0,73	17,85	105,50
Итого завтрак: 96р 90к	530	11,43	12,40	69,72	475,24
ОБЕД 7-11					
Винегрет овощной	60	0,86	6,10	4,64	77,53
Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	1,99	4,15	13,77	105,20
Печень по-строгановски	100	16,40	12,60	8,10	163,00
Макаронные изделия отварные	150	5,64	4,79	33,70	205,60
Кисель из кураги	180	0,94	0,05	27,78	116,17
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого обед: 145р 30к	755	29,73	28,53	113,52	819,41
ОБЕД 12-18					
Винегрет овощной	100	1,40	7,20	6,69	97,83
Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,20	4,54	15,35	112,60
Печень по-строгановски	100	16,40	12,60	8,10	163,00
Макаронные изделия отварные	180	6,30	5,58	39,04	235,48
Кисель из кураги	180	0,94	0,05	27,78	116,17
Фрукты свежие	110	0,44	0,33	11,33	51,70
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого обед: 284р 70к	990	31,58	31,14	133,82	928,69
Заведующий производством _____					