



МЕНЮ 2 неделя 2 день

2022 г

МЕНЮ 2 неделя 2 день						2022 г
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК						
Бутерброд с джемом	20/20	1,62	0,60	24,86	109,20	
Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150/5	2,23	6,03	6,68	143,00	
Какао с молоком	200	3,87	3,10	11,20	89,50	
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,50	3,13	5,64	70,64	
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	30	1,88	0,73	17,85	105,50	
Итого завтрак: 87р 45к	550	13,10	13,59	66,23	517,84	
ОБЕД 7-11						
Огурец соленный кусочком	60	0,48	0,06	1,02	7,80	
Борщ с фасолью и картофелем, со сметаной	200/5	3,03	3,70	12,49	89,66	
Суфле рыбное (паровое)	90	12,22	13,60	1,88	151,44	
Пюре картофельное	150	3,28	7,24	22,06	162,92	
Напиток из клюквы, протертой с сахаром	180	0,07	0,05	22,34	87,75	
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	3,75	1,45	25,70	131,00	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58	
Итого обед: 131р 17к	775	25,48	26,45	102,45	712,15	
ОБЕД 12-18						
Огурец соленный кусочком	100	0,80	0,10	1,70	11,07	
Борщ с фасолью и картофелем, со сметаной	250/10	3,40	4,49	15,88	119,12	
Суфле рыбное (паровое)	100	13,10	14,05	3,05	191,36	
Пюре картофельное	180	3,91	8,02	26,47	196,35	
Напиток из клюквы, протертой с сахаром	180	0,07	0,05	22,34	87,75	
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,50	3,13	5,64	70,64	
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	40	2,60	1,16	18,56	96,94	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58	
Итого обед: 218р 62к	1025	30,03	31,35	110,60	854,80	
Заведующий производством _____						