

Меню:



| № рецептуры | Название блюда | Масса | Жиры | Белки | Углеводы | Калорийность |
|------------------------------------|------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | | г. | г. | г. | г. | Ккал |
| Четверг-02.05.2024г завтрак | | | | | | |
| 81-2007 | Каша овсяная с маслом | 200/20 | 6,0 | 11,2 | 45,0 | 305,0 |
| 2 - 2007 | Хлеб с повидлом | 50/30 | 2,6 | 4,6 | 27,4 | 161,0 |
| 54-7гн-2020 | Какао с молоком | 200 | 4,1 | 6,0 | 12,6 | 121,1 |
| | Итого за завтрак; | 500 | 12,7 | 21,8 | 85,0 | 587,1 |
| Обед | | | | | | |
| 54-11з-2020 | Салат из моркови с кукурузой | 100 | 5,52 | 5,36 | 7,94 | 123,9 |
| 54-2с-2020 | Суп гороховый с сухариками | 260 | 5,35 | 5,0 | 23,85 | 213,0 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 50 | 0,6 | 4,1 | 21,0 | 105,8 |
| Пром | Сок в ассортименте | 200 | 0,0 | 0,08 | 26,3 | 105,8 |
| пром | Фрукт | 150 | 62,0 | 0,62 | 15,19 | 73,0 |
| | Итого за обед: | 760 | 73,47 | 15,16 | 94,28 | 621,5 |
| Пятница-03.05.2024г завтрак | | | | | | |
| 54-6к-2020 | Каша пшеничная | 200/10 | 8,5 | 11,5 | 38,8 | 292,1 |
| 2 - 2007 | Хлеб с маслом | 50/30 | 4,6 | 8,8 | 29,3 | 179,6 |
| 54-7гн-2020 | Чай черный с сахаром | 210 | 0,02 | 0,07 | 15 | 60,0 |
| | Итого за завтрак: | 500 | 13,12 | 20,37 | 83,1 | 531,7 |
| Обед; | | | | | | |
| 54-10з-2020 | Салат овощной | 100 | 8,6 | 2,8 | 6,4 | 89,0 |
| 54-9м-2020 | Жаркое по домашнему | 250 | 20,7 | 15,7 | 20,5 | 304,7 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 50 | 0,6 | 4,1 | 21,0 | 105,8 |
| 54-7хн-2020 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,0 | 22,7 | 93,2 |
| пром | Фрукт | 150 | 62,0 | 0,62 | 15,19 | 73,0 |
| | Итого за обед: | 750 | 88,5 | 21,82 | 89,69 | 664,7 |

Меню составил завхоз  /Вялова С.Б.