

Директор: *А.С. Киселева*

13.01.22

МЕНЮ 4-го дня

	Наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Ккал
				Б	Ж	У	
				4	5	6	
	2	3					7
	ЗАВТРАК						
294/2011М	котлета рубл из птицы 294	100	39,09	16,2	21,2	15,0	316,3
587/2004 Л	Соус томатный	20	8	0,5	1,0	1,7	17,6
203/2011 М	Макаронные изделия отварные №203	150	13	5,5	5,7	33,3	206,4
685/2004 Л	Чай с сахаром каркаде №685	200/15	15	0,2	0,0	15,0	60,5
701/2010 М	Хлеб пшеничный	20	2	1,5	0,12	9,7	45,9
	Итого за прием пищи:	505	77,09	23,9	28,0	74,7	646,7
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500		15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
	ОБЕД						
ТТК №1,2,3,4,5	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	9	0,9	0,1	5,3	25,7
135/2004 Л	Суп из овощей №135	200	12	1,5	3,0	8,9	68,3
443/2004 Л	Плов с курицей	200	44,09	20,4	25,3	36,5	454,4
349/2011 М	Компот из смеси сухофруктов №349	200	7	0,0	0,0	19,4	77,4
701/2010 М	Хлеб пшеничный	30	3	3,68	0,63	14,6	87,75
702/2010 М	Хлеб ржано-пшеничный	20	2	1,3	0,2	8,2	39,6
	Итого за прием пищи:	710	77,09	27,8	29,2	92,9	753,2
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	700		23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25	705-822,5