



Директор *Е.С. Николаева*

31.03.22.

МЕНЮ 9-го дня

	Наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества						Ккал	
				Б		Ж		У			
				4	5	5	6	6	7		
	2	3									
	<b>ЗАВТРАК</b>										
313/2004Л	котлета рыбная	100	33,09	14,09	6	12,93	205,031				
587/2004 Л	Соус томатный	20	7,00	0,5	1,0	1,7	17,6				
304/2011 М	Рис отварной №304	150	18,00	3,8	5,4	38,9	219,3				
376/2011М	чай с сахаром №376	200/15	15,00	0,1	0,0	14,8	59,3				
701/2010 М	Хлеб пшеничный	40	4,00	3,0	0,2	19,5	91,9				
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>525</b>	<b>77,09</b>	<b>21,5</b>	<b>12,6</b>	<b>87,8</b>	<b>593,1</b>				
	Норма завтрака по СанПиН 20% ± 5%	500		15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5				
	<b>ОБЕД</b>										
ТТК №1,2,3,4,5	Овоши по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	9,00	0,9	0,1	5,3	25,7				
101/2011 М	Суп картофельный с горохом №102	200	15,00	4,6	4,4	15,2	117,8				
289/2011 М	Рагу из птицы №289	200	43,09	16,9	19,5	18,5	317,1				
342/2011 М	Компот из свежих плодов (яблок) №342	200	5,00	0,2	0,2	27,5	112,7				
701/2010 М	Хлеб пшеничный	30	3,00	3,68	0,63	14,6	87,75				
702/2010 М	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,00	2,5	0,4	16,5	79,2				
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>710</b>	<b>77,09</b>	<b>28,8</b>	<b>25,2</b>	<b>97,6</b>	<b>740,2</b>				