



Директор *Е.С. Николаева*

1 03.22

МЕНЮ 10-20 дня

	Наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества								
				Б	Ж	У	Ккал		7			
							4	5		6	7	
		3										
	<b>ЗАВТРАК</b>											
ТТК №1,2,3,4,5	Овощи 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					
488/2004 Л	Птица, тушеная в соусе с овощами №488	150	38,09	12,7	16,9	10,8	246,9					
376/2011 М	Чай с сахаром №376	200/15	15,00	0,1	0,0	14,8	59,3					
338/2011 М	Фрукты свежие (яблоко) №338	100	10,00	0,4	0,4	9,5	45,6					
701/2010 М	Хлеб пшеничный	50	5,00	3,7	0,3	24,3	114,8					
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>575</b>	<b>77,09</b>	<b>17,8</b>	<b>17,7</b>	<b>64,7</b>	<b>492,3</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	Овощи 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					
135/2004 Л	Суп из овощей №135	200	12,00	1,5	3,0	8,9	68,3					
443/2004 Л	Плов из птицы	200	43,09	20,4	25,3	36,5	454,4					
699/2004 Л	Напиток лимонный	200	8,00	0,1	0,0	24,2	93,0					
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>29,1</b>	<b>29,5</b>	<b>106,0</b>	<b>808,4</b>					