

## МЕНЮ

### 20.11.2024 среда



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак</b>	<b>700</b>	<b>18,68</b>	<b>24,06</b>	<b>102,23</b>	<b>0,08</b>	
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Каша вязкая молочная из пшена с маслом	393	10,24	14,76	54,76		250
Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
Хлеб пшеничный	179	7,99	1,41	33,67		100
<b>Второй завтрак</b>	<b>206</b>	<b>8,84</b>	<b>11,18</b>	<b>17,48</b>		
Ряженка	110	5,60	6,40	7,60		200
Вафли	96	3,24	4,78	9,88		30
<b>Обед</b>	<b>1 109</b>	<b>42,90</b>	<b>30,75</b>	<b>166,65</b>	<b>34,76</b>	
Хлеб ржаной	289	11,55	2,10	56,10		150
компот из смеси сухофруктов	126	1,20		31,60		200
Птица отварная	177	14,71	12,24	1,88	0,88	100
Макаронные изделия отварные с маслом	210	6,46	2,69	40,02		200
Суп картофельный с бобовыми	147	6,06	4,76	19,91	5,04	300
Салат из белокачанной капусты	160	2,92	8,96	17,14	28,84	200
<b>Полдник</b>	<b>94</b>	<b>0,80</b>		<b>22,60</b>	<b>4,00</b>	
Сок яблочный	94	0,80		22,60	4,00	200
<b>Ужин</b>	<b>624</b>	<b>37,84</b>	<b>21,41</b>	<b>67,90</b>	<b>0,08</b>	
Яйца вареные	63	5,10	4,60	0,30		40
Каша вязкая гречневая с маслом	156	3,90	6,11	20,13		130
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Рыба, тушонная в томате с овощами.	98	20,40	1,40			200
Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
Хлеб пшеничный	179	7,99	1,41	33,67		100
<b>Итого за день:</b>	<b>2 733</b>	<b>109,06</b>	<b>87,40</b>	<b>376,86</b>	<b>38,92</b>	

Составитель медицинская сестра

(должность)

Летнева Н. М.

(подпись)

(ФИО)