

на 6 октябрь 2023 г.

МЕНЮ

	Наименование блюда	Пищевая энергетическая ценность, химический состав				Выход блюда
		Белки	Жиры	Углевод.	Калор.	
ЗАВТРАК	1. Яблоко	0,5	0,5	11,8	53,30	170
	2. Омлет	12,7	18,0	3,2	225,5	150 (7-11)
	картофель	16,9	24,0	4,5	306,7	200 (12-18)
	3. Чай с лимонном	0,4	0,1	5,2	23,7	200
	4. Квас	2,3	0,2	14,8	70,50	50 (7-11)
лимонный	3,0	0,3	19,7	98,80	40 (12-18)	
	Всего:					Суммарно 45-00 (7-11) 97-00 (12-18)
ОБЕД	1. Картофель	0,74	0,08	2,2	12,5	60 (7-11)
	фасоль	1,24	0,13	3,67	20,90	100 (12-18)
	2. Суп картофель	5,4	5,5	15,5	153,3	200 (7-11)
	с чинчипурой	6,7	6,9	19,4	166,7	250 (12-18)
	3. Творог с сметаной	1,35	2,90	16,71	145,66	100
	4. Рис отварной	3,6	4,8	36,4	205,5	150 (7-11)
	5. Солянка	4,2	3,2	48,9	235,0	180 (12-18)
	6. Квас	1,0	0,2	20,2	86,6	200
	7. Квас	2,52	0,16	9,84	46,9	25 (7-11)
	лимонный	2,28	0,24	14,76	76,50	50 (12-18)
8. Квас	1,65	0,30	9,9	48,9	25 (7-11)	
лимонный	1,98	0,36	11,88	58,70	50 (12-18)	
	Всего:					Суммарно 75-00 (7-11) 89-00 (12-18)

Директор



Виктор Чер