



СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ:



МЕНЮ

" 02 " июль 2022г

День 4 (четверг)

Завтрак

выход белки,г жиры,г углеводы, калорийность
г ь,ккал

1	Каша рисовая	200	6,1	6,9	43,4	260,5
2	Кофейный напиток злаковый на сгущенном	200	4,4	4,0	16,4	119,6
3	Сыр	10	2,3	3,0	0,0	35,8
4	Выпечка п/п	50	4,4	3,8	26,5	157,7
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7
	Итого:	500	20,20	18,90	106,90	678,30

Обед

1	Салат из капусты белокачанной и свеклы	60	1,0	2,5	3,4	39,6
2	Суп картофельный с фасолью	200	4,0	3,5	14,3	104,2
3	Рагу из мяса птицы	200	9,2	3,4	25,6	169,8
4	Компот из плодов сухих	200	0,3	0,1	10,4	43,3
5	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,0
6	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,4	0,7	29,6	137,9
	Итого:	780	22,40	11,90	114,10	651,80