

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ



МЕНЮ

" 10 "

июня

2022г

День 10 (пятница)

Завтрак

		выход	белки,г	жиры,г	углеводы, г	калорийност ь,ккал
1	Каша гречневая молочная	200	7,1	9,5	25,4	215,1
2	Сыр	10	2,3	3,0	0,0	35,8
3	Фрукты свежие (см. приложение №3)	100	0,4	0,4	9,8	44,4
4	чай с повидлом	200	4,0	3,8	9,1	86,5
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>16,80</b>	<b>17,90</b>	<b>64,90</b>	<b>486,50</b>

Обед

1	Винегрет	60	1,0	2,5	5,5	48,3
2	Суп крестьянский с крупой	200	2,1	4,1	11,0	89,2
3	Гуляш из мяса птицы	90	16,1	7,3	2,8	141,3
4	Изделия макаронные отварные	150	5,8	4,4	37,0	211,0
5	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	14,1	57,6
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7
7	Хлеб ржаной-пшеничный	40	2,2	0,4	19,8	92,0
	<b>Итого:</b>	<b>780</b>	<b>30,40</b>	<b>20,00</b>	<b>110,80</b>	<b>744,10</b>