



УТВЕРЖДАЮ:



МЕНЮ

" 21 "

июня

2022г

День 7 (вторник)

Завтрак

		ВЫХОД	белки,г	жиры,г	углеводы, г	калорийность, ккал
1	Каша овсяная	200	4,2	9,6	20,8	186,5
2	Кофейный напиток злаковый на сгущенном	200	4,4	4,0	16,4	119,6
3	Творог для детского питания	50	9,0	4,5	1,5	84,5
4	Эсфир Вапильный	20	0,2	0,0	16,0	65,2
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7
Итого:		510	20,80	19,30	75,30	560,50

Обед

1	Салат из моркови с растительным маслом	60	0,7	2,5	3,9	40,6
2	Рассольник ленинградский	200	2,2	3,2	15,2	98,6
3	Котлеты рубленые из мяса	90	12,2	9,8	11,7	183,4
4	Каша гречневая	150	3,2	6,2	10,5	110,7
5	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,4	0,1	18,5	76,3
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,2	0,4	19,8	92,0
Итого:		780	23,90	23,40	100,20	706,30