

СОГЛАСОВАНО.



УТВЕРЖДАЮ:



МЕНЮ

" 28 " *июль*

2022г

День 2 (Вторник)

Завтрак

		ВЫХОД	белки,г	жиры,г	углеводы, г	калорийность, ккал
1	Каша пшенная	200	5,7	5,1	27,5	178,8
2	Печенье	20	1,5	2,0	14,9	83,4
3	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,9
4	Сыр	10	2,5	5,0	0,0	55,8
5	Чай с молоком	200	2,4	2,6	9,8	71,7
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,0
Итого:		500	16,50	22,70	83,10	601,60

Обед

1	Салат "Осенний"	60	1,1	2,6	7,8	58,5
2	Щи из свежей капусты	200	1,6	3,0	6,7	60,7
3	Биточки рубленые куриные	90	16,1	14,2	13,4	245,9
4	Макароны с томатом	150	5,6	6,8	60,0	323,6
5	Напиток из плодов сухих	200	0,5	0,2	17,1	71,7
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	30,10	28,40	145,40	957,10