

МЕНЮ 1 неделя 3 день

2022 г

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
ЗАВТРАК					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,9	8,8	18,9	173
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/25	5,6	5,2	12,9	116
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,3	1,2	22,4	85
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	85	0,2	0,0	16,7	56
Итого завтрак: 87р 45к		15,5	15,8	81,2	482,2
ОБЕД					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ *	60	1,0	7,6	7,8	73,0
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200/5	2,8	6,2	8,9	97
РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	90	13,4	7,6	8,7	175
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,5	4,8	31,3	191
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	22,0	92,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого обед: 131р 17к		26,8	27,4	101,7	742,3
ОБЕД					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ *	100	1,6	8,7	13,9	92,0
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250/5	3,8	7,3	9,1	123
РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	100	13,8	8,4	10,3	189
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	5,7	41,8	244
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	22,0	92,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	85	0,2	0,0	16,7	56
Итого обед: 218р 62к		30,0	31,3	136,8	910,6

Заведующий производством _____