

МЕНЮ 1 неделя 4 день

2022 г

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
ЗАВТРАК					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	14,3	11,8	21,7	183
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/20/	1,1	0,7	7,5	122
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	0,1	0,0	10,2	41,8
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. ЖИРН.2,5%	100	2,0	2,8	23,0	127
Итого завтрак: 87р 45к		19,0	15,9	72,7	526,5
ОБЕД					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ, ФИЛЕ СЕЛЬДИ	60/20	3,3	6,1	5,0	59,1
СУП ОВОЩНОЙ	200	3,0	4,2	10,2	103
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	16,2	15,8	36,7	364
НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,6	0,2	28,6	67
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		26,6	27,2	103,5	706,5
ОБЕД					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ, ФИЛЕ СЕЛЬДИ	80/20	4,5	8,2	6,7	77,3
СУП ОВОЩНОЙ	250	3,8	4,2	14,8	129
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	17,0	17,6	43,5	455
НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,6	0,2	28,6	67
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
ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. ЖИРН.2,5%	100	2,0	2,8	23,0	127
Итого обед: 218р 62к		31,4	33,9	139,6	968,9

Заведующий производством