

Утверждаю:

8

февраля

2021

МЕНЮ

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		22	24	76	612	80,00
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61,0	13,96
Биточки рыбные	100	15,5	12,9	14,4	235,7	39,50
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	175,5	17,62
Чай "Цитрусовый заряд"	200/ 20/ 10	0,2	0	15,5	62,8	6,04
Хлеб	40	2	0,6	16,2	77	2,88
Дополнительное питание за счет экономии с 1-4 кл.						
Банан	217	0,4	0,6	32,4	144	22,00
2 завтрак		35,4	32,7	113,7	891,0	109,6
Салат из белокочанной капусты с огурцами	80	1,2	4,0	2,9	52	6,80
Суп гороховый с гречками с мясом	250/10/20	6,1	8,3	30,2	220	22,89
Жаркое по - домашнему	250	19,2	13,7	32,3	329	68,60
Отвар шиповника	180	3,9	5,9	26,7	176	6,45
Хлеб витаминизированный	60	4,9	0,8	21,7	114	4,86
ИТОГО:		58	57	190	1503	189,6

Мед. Работник

Повар-бригадир

Ред

Бенчменев