



**МЕНЮ**

11.03.2022

МЕНЮ РАЦИОНОВ ПИТАНИЯ ЗА СЧЕТ СРЕДСТВ РОДИТЕЛЕЙ

| Номер рецептуры                   | Наименование                                      | Вес блюда (гр) | Энергетическая ценность, ККал | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
|-----------------------------------|---|----------------|-------------------------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>ЗАВТРАК - 65</b>               |   |                |                               |              |              |               |
| 5/2008                            | БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ ВАРеноЙ                      | 40             | 105                           | 3,63         | 6,78         | 13,36         |
| 235/386/2010                      | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ КЛЮКВЕННЫМ             | 180            | 329                           | 13,10        | 10,90        | 37,20         |
| 378/2011                          | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                     | 200            | 105                           | 1,52         | 1,35         | 25,90         |
| к/к/                              | МАНДАРИН  | 100            | 38                            | 0,75         |              | 7,50          |
| <b>Итого за ЗАВТРАК - 65 руб.</b> |   | <b>520</b>     | <b>577</b>                    | <b>19,00</b> | <b>19,03</b> | <b>83,96</b>  |
| <b>ОБЕД - 114</b>                 |   |                |                               |              |              |               |
| 40/2008                           | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                         | 60             | 70                            | 0,96         | 3,06         | 4,62          |
| 95/2008                           | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ                         | 200/5          | 81                            | 2,50         | 4,11         | 11,02         |
| 298/2008                          | ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ И ОВОЩАМИ        | 90             | 265                           | 13,90        | 13,64        | 30,69         |
| 125/2008                          | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ                      | 150            | 139                           | 3,00         | 5,76         | 18,82         |
| 394/2008                          | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ                             | 200            | 118                           | 0,20         | 0,20         | 27,90         |
| к/к/                              | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40             | 72                            | 3,20         | 1,70         | 13,40         |
| к/к/                              | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ       | 25             | 72                            | 2,00         | 1,16         | 12,99         |
| <b>Итого за ОБЕД - 114 руб.</b>   |   | <b>770</b>     | <b>817</b>                    | <b>25,76</b> | <b>29,63</b> | <b>119,44</b> |
| <b>ОБЕД - 179</b>                 |   |                |                               |              |              |               |
| 27/2008                           | САЛАТ ИЗ СЫРА, ЯБЛОК И ОГУРЦОВ                    | 100            | 174                           | 9,10         | 13,70        | 3,50          |
| 95/2008                           | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ ГОВЯДИНОЙ ОТВАРНОЙ      | 250/10/10      | 133                           | 5,78         | 7,38         | 10,56         |
| 455/1996                          | ШНИЦЕЛЬ ИЗ ФИЛЕ КУРЫ                              | 100            | 378                           | 17,40        | 11,09        | 38,30         |
| 335/2008                          | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ              | 180/5          | 206                           | 3,72         | 10,60        | 24,36         |
| 394/2008                          | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ                             | 200            | 118                           | 0,20         | 0,20         | 27,90         |
| к/к/                              | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 60             | 108                           | 4,80         | 2,55         | 20,10         |
| 451/2008                          | ПИРОЖОК С ЯБЛОКАМИ                                | 100            | 243                           | 5,50         | 5,20         | 43,80         |
| к/к/                              | БАНАН СВЕЖИЙ                                      | 200            | 105                           | 3,00         | 1,00         | 42,00         |
| <b>Итого за ОБЕД - 179 руб.</b>   |   | <b>1 215</b>   | <b>1 465</b>                  | <b>49,50</b> | <b>51,72</b> | <b>210,52</b> |

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор