



## МЕНЮ

14.01.2022

### 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                          | 20/20          | 105                           | 3,63         | 6,78         | 13,36         |
| 235/386/2010                      | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ КЛЮКВЕННЫМ                 | 130/50         | 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>577</b>                    | <b>19,00</b> | <b>19,03</b> | <b>83,96</b>  |
| <b>ОБЕД - 114</b>                 |   |                |                               |              |              |               |
| 41/2008                           | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) | 60             | 54                            | 0,72         | 3,12         | 5,70          |
| 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>801</b>                    | <b>25,52</b> | <b>29,69</b> | <b>120,52</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 С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ                  | 250/10/10      | 133                           | 5,78         | 7,38         | 10,56         |
| 455/1996                          | ШНИЦЕЛЬ (ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ ОТБИВНОЙ)                      | 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 ПЕЧЕНый СДОБНЫЙ                    | 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>1 465</b>                  | <b>49,50</b> | <b>51,72</b> | <b>210,52</b> |

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор

\_\_\_\_\_