

МЕНЮ

17.01.2022

МЕНЮ РАЦИОНОВ ПИТАНИЯ ЗА СЧЕТ СРЕДСТВ РОДИТЕЛЕЙ

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность, ККал	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК - 65						
		15/5/20	166	8,18	9,20	9,60
3/2008	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	210	215	7,90	8,10	29,00
189/2008	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	107	1,50	1,30	22,40
432/2008	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	100	52	0,44	0,44	10,78
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	15	43	1,20	0,69	7,80
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ					
Итого за ЗАВТРАК - 65 руб.			583	19,22	19,73	79,58
ОБЕД - 114						
		60/10	103	3,38	4,90	9,00
52/209/2011	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ, С ЯЙЦОМ ВАРеным	200/5	60	2,37	4,03	4,02
85/2008	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	240	357	14,10	14,30	49,90
258/2011	МЯСО ДУХОВОЕ	200	141	0,45	0,10	29,79
346/2011	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	20	36	1,60	0,85	6,70
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	43	1,20	0,69	7,80
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	1/100	87	5,00	2,50	8,50
к/к/	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНДИВ.УПАКОВ. 2,5%					
Итого за ОБЕД - 114 руб.			827	28,10	27,37	115,71
ОБЕД - 179						
		80/20	137	3,43	8,46	7,80
34/213/2010	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛеным ГОРОШКОМ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ, ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	250/10/5	108	8,10	7,40	2,20
85/2008	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	300	578	18,50	19,86	77,20
258/2011	МЯСО ДУХОВОЕ	200	93			23,30
442/2008	СОК ФЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	60	108	4,80	2,55	20,10
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	115	3,20	1,85	20,78
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	100	38	0,75		7,50
к/к/	МАНДАРИН	100	313	13,38	10,33	46,00
599/2001	БУЛОЧКА СЫРНАЯ					
Итого за ОБЕД - 179 руб.			1 490	52,16	50,45	204,88

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор