

### МЕНЮ

19.04.2022

#### МЕНЮ РАЦИОНОВ ПИТАНИЯ ЗА СЧЕТ СРЕДСТВ РОДИТЕЛЕЙ

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность, ККал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>						
5/2008	БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ ВАРЕНОЙ	40	105	3,63	6,78	13,36
224/335/2008/2011	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ АБРИКОСОВЫМ	160	371	15,19	12,40	43,90
430/2008	ЧАЙ С САХАРОМ	200	60	0,20	0,10	15,00
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	52	0,44	0,44	10,78
<b>Итого за ЗАВТРАК - 87-45 руб.</b>		<b>500</b>	<b>588</b>	<b>19,46</b>	<b>19,72</b>	<b>83,04</b>
<b>ОБЕД</b>						
64/2008	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ, С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	86	1,92	4,18	5,64
76/2008	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/5/10	115	5,29	7,04	10,70
239/2008	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	203	11,70	10,40	13,50
123/2008	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	148	2,90	4,70	23,50
402/2008	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	131	0,60	0,09	26,70
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	36	1,60	0,85	6,70
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	72	2,00	1,16	12,99
к/к/	МАНДАРИН	100	38	0,75		7,50
<b>Итого за ОБЕД - 131-17 руб.</b>		<b>865</b>	<b>829</b>	<b>26,76</b>	<b>28,42</b>	<b>107,23</b>
<b>КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД</b>						
64/2008	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ, ВЕТЧИНА ВАРЕНАЯ ПОРЦИОННАЯ	100/15	181	4,60	12,20	19,40
84/2013	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ, С КАРТОФЕЛЕМ, С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ	250/15/5	197	5,67	5,44	35,10
249/2010	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	100	262	15,64	13,00	17,87
335/2008	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	164	3,60	4,27	23,57
402/2008	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	131	0,60	0,09	26,70
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	72	3,20	1,70	13,40
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	71	2,17	0,79	13,68
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	52	0,44	0,44	10,78
599/2001	БУЛОЧКА СЫРНАЯ	100	313	13,30	10,30	46,00
<b>Итого за КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД - 218-62 руб.</b>		<b>1 135</b>	<b>1 443</b>	<b>49,22</b>	<b>48,23</b>	<b>206,50</b>

Зам. директора \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_