

« » марта 2022 г.



Директор
Е.Б. Мельник

Прием пищи, наименование блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ККАЛ)
		Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>					
Омлет натуральный	150	8,6	12,4	56	273,00
Батон	20	7,10	14,80	56,10	386,00
Напиток кофейный с молоком	200	3,58	2,68	28,34	151,80
ИТОГО:	535	19,28	29,88	140,44	810,80
<i>Обед</i>					
Щи со свежей капустой на бульоне	200	1,28	3,94	9,20	77,40
Кнели куриные с маслом	90/5	15,08	20,48	7,43	274,50
Картофель тушеный с луком	150	3,30	11,40	28,50	229,50
Морковь припущенная с маслом сливочным	60/5	0,84	4,02	6,24	64,80
Напиток лимонный	200	0,16	0,04	22,00	83,40
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,20
Хлеб ржаной	30	3,20	0,30	14,00	67,10
ИТОГО:	770	26,23	40,48	101,86	866,90
<i>Полдник</i>					
Булочка веснушка	100	7,60	6,20	56,40	312,00
Компот из изюма	200	0,36	0,00	35,00	141,40
ИТОГО:	300	7,96	6,20	91,40	453,40
ВСЕГО:		53,47	76,555	333,70	2131,1

с 12 до 18 лет					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ККАЛ)
		Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>					
Омлет натуральный	200	10,75	15,5	70	462,50
Батон	20	7,10	14,80	56,10	386,00
Напиток кофейный с молоком	200	3,58	2,68	28,34	151,80
ИТОГО:	585	21,43	32,98	154,44	1000,30
<i>Обед</i>					
Щи со свежей капустой на бульоне	250	1,60	4,93	11,50	96,75
Кнели куриные с маслом	100/5	16,75	22,75	8,25	305,00
Картофель тушеный с луком	180	3,96	13,68	34,20	275,40
Морковь припущенная с маслом сливочным	100/5	1,40	6,70	10,40	108,00
Напиток лимонный	200	0,16	0,04	22,00	83,40
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,20
Хлеб ржаной	30	3,20	0,30	14,00	67,10
ИТОГО:	900	29,44	48,70	114,84	1005,85
<i>Полдник</i>					
Булочка веснушка	100	7,60	6,20	56,40	312,00
Компот из изюма	200	0,36	0,00	35,00	141,40
ИТОГО:	300	7,96	6,20	91,40	453,40
ВСЕГО:		58,83	87,88	360,68	2459,55

Врач 

Осипенко Т.Н.

2 день 10-дневного меню, утвержденного 31.03.2021г.