

МЕНЮ НА СЕГОДНЯ

День 3-й

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	С
ЗАВТРАК						
Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным	180/3	5,34	8,40	29,46	215,85	0,86
Чай с молоком, с сахаром	180/6	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77	0,07
Итого:	409	14,37	13,83	65,78	445,69	2,31
2 - ой ЗАВТРАК						
Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45
Итого:	180	5,22	4,5	7,56	92,00	0,45
ОБЕД						
Салат из свежей капусты с морковью	60	0,84	3,05	5,41	52,44	19,47
Суп картофельный с куриными фрикадельками	180/10	3,11	3,30	12,94	102,28	8,85
Птица тушеная с овощами по татарски	40/30	10,06	10,89	3,96	154,36	2,20
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130/3	4,81	6,09	22,96	165,79	0,00
Кисель	180	0,54	0,09	16,18	75,24	0,99
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00
Итого:	668	21,66	23,84	75,32	619,48	31,51
ПОЛДНИК						
Омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66	9,28
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00
Напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38	43,92
Кондитерские изделия	40	3,00	3,92	29,76	166,80	
Итого:	406	19,83	29,24	53,84	558,34	44,20
ВСЕГО:	1663	61,09	71,41	202,50	1715,51	78,47