

## МЕНЮ

на 11.11.2021 г.

### Завтрак

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Вафли	50	1,95	15,3	31,3	271
2.	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60

### Горячий завтрак

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Фрукт (апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	43
2.	Голубцы ленивые в сметанном томатном соусе	180/20	11,819	14,85	20,12	262
3.	Напиток из замороженных ягод	200	0,06	0,08	22,42	88,6
4.	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
5.	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	40

### Горячий завтрак

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Фрукт (апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	43
2.	Голубцы ленивые в сметанном томатном соусе	180/20	11,819	14,85	20,12	262
3.	Напиток из замороженных ягод	200	0,06	0,08	22,42	262
4.	Хлеб пшеничный	30	2,38	0,24	14,76	70,5
5.	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59

### Обеды

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Суп картофельный с макаронными и фрикадельками из птицы	200/5	5,2	5,2	15,7	139,9
2.	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/5	5,96	7,22	42,8	261
3.	Чай с сахаром с лимоном	185/10/5	0,13	0,02	10,2	42
4.	Хлеб сельский/белый	20/20	2,26	0,5	17,76	86,6

Зав производством  Сайфуллина Р.А.