

МЕНЮ

на 29.09.2021 г.

Завтрак

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60
2.	Печенье	50	3,7	4,7	36,6	203,5

Горячий завтрак

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Плоды и ягоды свежие(апельсины)	100	0,9	0,2	8,1	43
2.	Котлеты «Сурские» рыбно-капустные	90	10,2	9,1	4,82	117,8
3.	Рис отварной с маслом сливочным	150/5	3,69	9	30,75	212,7
4.	Компот из замороженных фруктов(75С)	200	0,34	0,17	22,84	106,4
5.	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	59
6.	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	40

Горячий завтрак

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Котлеты «Сурские» рыбно-капустные	100	12,47	11,0 2	5,356	130,89
2.	Рис отварной с маслом сливочным	180/5	4,42	10,0 8	42,09	284,64
3.	Компот из замороженных фруктов(75С)	200	0,34	0,17	22,84	106,4
4.	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
5.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	50

Горячий обед

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Суп картофельный мясом птицы	250/10	4,453	4,18	16,87	134,6
2.	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20	27,81	19,8	36,6	435,8
3.	Чай с сахаром с лимоном	200/15 √7	0,13	0,02	15,2	62
4.	Батон в/с	30	2,25	0,87	15,82	78,6

Зав производством Сайфуллина Р.А.