

МЕНЮ
на 30.11.2021 год _____ г.

Завтрак

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Булочка молочная	50	4,64	0,99	23,5	121
2.	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10	40

Горячий завтрак

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Салат из белокочанной капусты	100	1,31	3,25	6,47	60,4
2.	Биточки рыбные	90	10,98	8,42	12,2 1	160,2
3.	Пюре картофельное	150/5	3,16	8,43	20,5 1	170,2
4.	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,8 8	114
5.	Хлеб пшеничный	25	2,28	0,24	14,7 6	59
6.	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,6

Горячий завтрак

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Биточки рыбные со сметанным соусом	80/20	12,04	15,23	12,0 3	187,2
2.	Пюре картофельное	180	4,27	5,76	24,5 3	184,7
3.	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,8 8	124,6
4.	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,7 6	71
5.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,8 4	79,2

Обед

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,28	6,59	12,34	123,45
2.	Блины со гущенным молоком	135/20	8,6	5,668	52,13	294,02
3.	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10	40
4.	Хлеб сельский/белый	20/20	2,26	0,5	17,76	86,6

Зав производством Сайфуллина Р.А.