

«Утверждаю»



Директор ФГБУ «Всероссийский центр
по безопасности пищевых
продуктов»
Н.Ю. Филимонова
«22» апреля 2021 год

МЕНЮ

На 22 апреля 2021 год

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг			Fe, мг
Завтрак															
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,4	4,3	0	53	0	0	0	0	112,2	4,2	60	0,2	15	2011
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	250	7,9	10,5	38,8	284,0	0,1	1	0,1	0,3	215,1	38,7	193,0	0,6	190	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	6,4	6,2	32,7	213,7	0,1	1	0,1	0	218,0	34,7	169,4	0,7	432	2008
БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8	0	0	0	0	7,6	5,2	26	0,4	2008	2008
МАНДАРИН	180	1,4	0,4	13,5	68,3	0,1	68,3	0	0,4	62,9	19,8	30,6	0,2	2008	2008
Итого за прием пищи:	685	22,1	22,6	105,6	723,8	0,3	70,3	0,2	0,7	615,8	102,6	479,0	2,1		
Обед															
ОМЛЕТ С ЯЙЦОМ	250	2,9	3,4	19,3	119,3	0,1	9,6	0,2	1,4	33,4	30,5	77,4	1,4	77	2011
КОТЛЕТКА МЯСНАЯ	65	11,4	13,8	8,9	207,0	0	0,4	0	2,6	12,4	16,2	109,5	1,7	272	2008
САЛАТ ИЗ СЛИВОЧНОМ СЛИВОЧНЫМ	180/10	7,4	10,0	33,0	250,1	0,2	0	0,1	4,2	23,4	108,4	162,2	3,9	181	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	4	8	1	430	2008
Итого за прием пищи:	760	25,5	27,8	99,5	748,6	0,4	10,0	0,3	9,4	84,1	169,6	405,0	10,2		
Всего за день:		47,6	50,4	205,1	1472,4	0,7	80,3	0,5	10,1	699,9	272,2	884,0	12,3		

Составила заведующая хозяйством М.А. Колосова А.Г.

Повар П.А. Папирина Е.В.