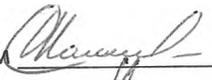




МЕНЮ

На 29 марта 2021 год

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептов
		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)	30	6,9	8,9	0	109	0,01	0	0,09	0,2	264	11	150	0,3	14	2008
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	250	9,6	12,1	37,3	298,2	0,3	2,1	0,1	0,1	227,2	61,0	254,6	1,7	187	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	4	8	1	430	2008
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0	0	0	0	5,7	3,9	19,5	0,3		2008
АПЕЛЬСИН	200	1,8	0,4	16,2	86	0,1	120	0	0,4	68	26	46	0,6		2008
Итого за прием пищи:	710	20,8	22,4	83,9	631,8	0,41	122,1	0,19	0,7	569,9	105,9	478,1	3,9		
Обед															
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	1,7	3,9	12,9	93,6	0,1	6,2	0,3	1,8	30,8	23,2	50,0	1,0	87	2011
ГУЛЯШ	50/50	15,7	15,9	3,1	218	0,04	1	0,01	2,2	14	20	150	2	259	2008
МАКАРОННЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	6,4	4,8	41	233,0	0,1	0	0	1,4	17,5	9,0	49,2	1,2	209	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	4	8	1	430	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112,2	0,1	0	0	1,2	9,9	10,5	47,9	2,2		2008
Итого за прием пищи:	790	27,6	25,2	95,3	716,8	0,34	7,2	0,31	6,6	77,2	66,7	305,1	7,4		
Всего за день:		48,4	47,6	179,2	1348,6	0,75	129,3	0,50	7,3	647,1	172,6	783,2	11,3		

Составила заведующая хозяйством  Колосова А.Г.

Повар

 Папирина Е.В.