



# МЕНЮ

6 день

На 06 ноября 2023 г.

№п/п	Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Масло сливочное	5 гр.		33,00	0,04	3,63	0,07
2	Каша молочная рисовая	150/5гр.		146,00	2,05	3,77	26,02
3	Какао с молоком	200гр.		119,00	4,08	3,54	17,58
4	Батон	1/40 гр.		113,33	3,68	0,37	23,20
Всего в завтрак		400гр.		411,33	9,85	11,31	66,87
<b>10:30</b>							
1	Фрукт (яблоко)	100гр.		44,00	0,40	0,40	9,80
Всего во 2 завтрак		100гр.		455,33	10,25	11,71	76,67
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат из свежих овощей	50гр.		36,95	0,55	3,02	1,89
2	Суп карт. с клецками, зеленью	180/3гр.		67,55	1,62	2,60	9,37
3	Бефстроганов из филе птицы	50/50гр.		156,00	11,77	10,78	2,93
4	Гречневая каша с маслом	130/5гр.		188,13	9,24	6,86	22,37
5	Компот из с/ф	180гр.		101,70	0,39	0,02	24,99
6	Хлеб пшеничный	1/30 гр.		70,71	2,37	0,30	14,48
Всего в обед		678гр.		621,04	25,94	23,58	76,03
<b>ПОЛДНИК</b>							
1	Крендель сахарный	70 гр.		259,00	4,96	9,19	39,02
2	Кисломолочный продукт (снежок)	180 гр.		67,19	5,40	1,80	7,20
Всего в полдник		250гр.		326,19	10,36	10,99	46,22
<b>УЖИН</b>							
1	Колбаса вареная	30гр.		77,00	3,84	6,66	0,45
2	Рагу овощное	170гр.		188,13	2,59	12,46	16,37
3	Чай с сахаром, лимоном	200/10 гр.		46,00	0,13	0,02	11,33
4	Хлеб пшеничный	1/40 гр.		94,28	3,16	0,40	19,31
Всего в ужин		450гр.		405,41	9,72	19,54	47,46
Всего в день				1807,97	56,27	65,82	246,38
<b>ИТОГО</b>				179,00			

Зав. Производством

Калькулятор