

# Меню СОЩ (7-11, 1 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>			
205	<b>Каша молочная пшениная с маслом</b> <i>молоко 2,5%, крупа пшени, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-12, Углеводы-23, Калорийность-283	24-44
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	30-94
200	<b>Какао с молоком</b> <i>молоко 2,5%, сахар-песок, какао (ароматизатор)</i>	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-27, Калорийность-151	16-18
21,9	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-52	1-95
<b>626,9</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-16, Жиры-16, Углеводы-83, Калорийность-579	<b>73-51</b>
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из свеклы</b> <i>свекла в к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-61	8-05
223	<b>Суп картофельный с клецками</b> <i>картофель в к, морковь в к, лук в к, мука пшеничная в с, масло подсолнечное, яйцо куриное 22, соль йодированная, масло сливочное, лавровый лист</i>	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-7, Калорийность-51	12-49
90	<b>Биштекс по домашнему</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в с, лук в к, мука пшеничная в с, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-16, Углеводы-12, Калорийность-222	64-69
150	Белки-11, Жиры-4, Углеводы-37, Калорийность-240	10-59	
180	<b>Компот из сушеных фруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-25, Калорийность-102	5-36
35	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-82	3-12
35	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-63	2-60
<b>773</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-26, Жиры-26, Углеводы-116, Калорийность-822	<b>106-90</b>
<b>773</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-42, Жиры-42, Углеводы-200, Калорийность-1400	<b>180-41</b>

МП

Бухгалтер-  
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный  
директор

Д.А. Зитовский

Согласовано  
ДиректорДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: 00DA9172099682707850DE13FC4C85359B  
Владелец: Абрамова Юлия Александровна  
Действителен: с 22.03.2023 до 14.06.2024