

## Меню 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	<b>Бутерброд с повидлом</b> <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-23, Калорийность-102	<b>6-14</b>
205	<b>Каша молочная пшеничная с маслом (жидкая.)</b> <i>молоко 2.5%, крупа пшени, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-12, Углеводы-38, Калорийность-218	<b>21-55</b>
160	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-75	<b>24-75</b>
200	<b>Кофейный напиток с молоком.</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток.</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-119	<b>13-89</b>
31	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-73	<b>2-65</b>
636	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-16, Жиры-16, Углеводы-77, Калорийность-587	<b>68-98</b>
<u>Обед</u>			
80	<b>Салат из моркови "Покорейски"</b> <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-66	<b>8-41</b>
200	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем.</b> <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13, Калорийность-89	<b>14-94</b>
90	<b>Наггетсы куриные</b> <i>филе грудки куриное (чареза кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-191	<b>56-96</b>
150	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-11, Углеводы-41, Калорийность-303	<b>8-13</b>
180	<b>Компот из плодов сушеных</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-20, Калорийность-81	<b>5-61</b>
45	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-106	<b>3-86</b>
45	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-82	<b>3-21</b>
830	<b>Итого за Обед</b>	Белки-29, Жиры-28, Углеводы-114, Калорийность-918	<b>101-12</b>
830	<b>Итого за день</b>	Белки-45, Жиры-44, Углеводы-191, Калорийность-1 505	<b>170-10</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласов:  
ДиректДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: 00DA91720998827D7660DE13FC4C8535  
Владелец: Абдраимова Юлия Александровна  
Действителен с 22.03.2023 до 14.06.2024