

Заведующий

Пастухова И.О.

19 Марта 2024г.

Меню

Д/с



Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша "Рябчик"	200	181.70
Кофейный напиток с молоком	180	88.63
Бутерброд с маслом и сыром	30/5/10	157.66
2-ой завтрак		
Сок	100	52.80
Фрукты свежие	100	40.69
ОБЕД		
Овощи натуральные соленные или свежие	60	11.58
Суп шахтерский со сметаной, с мясом	200/8	150.60
Тефтели из говядины	80	269.64
Картофельное пюре	130	115.83
Компот из сухофруктов	180	31.62
Хлеб ржаной	50	102.52
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток/молоко кипяченое	180	144.94
Манник с гущенным молоком	60/26	312.12
УЖИН		
Омлет натуральный	90	101.92
Горошек зеленый консервированный отварной	60	45.47
Чай с сахаром	200	32.02
Хлеб пшеничный	50	123.36

Итого калорийность: 1963.10 Ккал.