



МЕНЮ

23.05.2022

МЕНЮ РАЦИОНОВ ПИТАНИЯ ЗА СЧЕТ СРЕДСТВ РОДИТЕЛЕЙ

| Номер рецептуры | Наименование | Вес блюда (гр) | Энергетическая ценность, ККал | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|----------------|-------------------------------|--------------|--------------|---------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 3/2008 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 40 | 166 | 8,18 | 9,20 | 9,60 |
| 189/2008 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 210 | 215 | 7,90 | 8,10 | 29,00 |
| 432/2008 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 107 | 1,50 | 1,30 | 22,40 |
| 338/2011 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 52 | 0,44 | 0,44 | 10,78 |
| к/к/ | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 43 | 1,20 | 0,69 | 7,80 |
| Итого за ЗАВТРАК - 87-45 руб. | | 565 | 583 | 19,22 | 19,73 | 79,58 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 52/209/2011 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, С ЯЙЦОМ ВАРЕНЫМ | 60/10 | 103 | 3,38 | 4,90 | 9,00 |
| 85/2008 | ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ | 200/5 | 60 | 2,37 | 4,03 | 4,02 |
| 258/2011 | МЯСО ДУХОВОЕ | 240 | 357 | 14,10 | 14,30 | 49,90 |
| 346/2011 | КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ | 200 | 141 | 0,45 | 0,10 | 29,79 |
| к/к/ | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 36 | 1,60 | 0,85 | 6,70 |
| к/к/ | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 43 | 1,20 | 0,69 | 7,80 |
| к/к/ | ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ, МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5% | 1/100 | 87 | 5,00 | 2,50 | 8,50 |
| Итого за ОБЕД - 131-17 руб. | | 850 | 827 | 28,10 | 27,37 | 115,71 |
| КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД | | | | | | |
| 34/213/2010 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 80/20 | 137 | 3,43 | 8,46 | 7,80 |
| 85/2008 | ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 250/10/5 | 103 | 5,51 | 6,97 | 5,02 |
| 258/2011 | МЯСО ДУХОВОЕ | 300 | 578 | 18,50 | 19,86 | 77,20 |
| 442/2008 | СОК ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ | 200 | 93 | | | 23,30 |
| к/к/ | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 60 | 112 | 4,40 | 0,80 | 21,80 |
| к/к/ | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 115 | 3,20 | 1,85 | 20,78 |
| 338/2011 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 52 | 0,44 | 0,44 | 10,78 |
| 599/2001 | БУЛОЧКА СЫРНАЯ | 100 | 313 | 13,30 | 10,30 | 46,00 |
| Итого за КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД - 218-62 руб. | | 1 165 | 1 503 | 48,78 | 48,68 | 212,68 |

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор