



Ляско М.В.



ГТ04 № 378
С.Ю. Коваленко
2022 г

МЕНЮ 1 неделя 5 день

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
ЗАВТРАК					
Бутерброд с джемом абрикосовым	20/20	1,2	2,3	12,0	132,0
Каша гречневая молочная жидкая	150/5	7,6	7,5	25,9	118,0
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0
Батон обогащенный микронутр.	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Блок свежий	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого завтрак: 68р 50к		11,3	11,0	79,1	435,0
ОБЕД					
Салат из соленых огурцов с луком и маслом раст. (с 01.03 с луком зеленым)	60	1,62	3,1	1,56	40,0
Суп с макаронными изделиями и картофелем, с курой	200/10	2,6	3,0	15,2	112,0
Рыба, запеченная в сметанном соусе	90	9,6	7,8	6,3	159,0
Картофель отварной	150	2,9	4,7	23,5	148,0
Напиток из клюквы, прот. с сахаром	200	0,1	0,1	26,0	102,0
Йогурт в инд. упаковке 2,5% жирн.	125	3,5	2,5	17,2	113,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащен.	40	2,7	0,32	17,0	90,0
Батон обогащенный микронутр.	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Итого обед: 119р 50к		24,92	22,22	123,16	842,0
ОБЕД					
Салат из соленых огурцов с луком и маслом растит. (с 01.03 с луком зеленым)	100	2,7	5,1	2,6	67,0
Суп с макаронными изделиями и картофелем, с курой	250/10	4,4	3,2	19,0	126,0
Рыба, запеченная в сметанном соусе	100	7,12	7,05	9,94	132,0
Картофель отварной	180	3,4	5,6	28,3	178,0
Напиток из клюквы, прот. с сахаром	200	0,1	0,1	24,9	102,0
Батон обогащенный микронутр.	40	3,0	1,12	23,24	115,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащен.	40	2,72	0,32	17,0	90,0
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,50	2,5	21,0	113,0
Итого обед: 188 руб		23,84	22,89	131,78	857,0

Заведующий производством

Кудряшова