



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: 87р 45к | | 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: 131р 17к | | 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: 218р 62к | | 23,84 | 22,89 | 131,78 | 857,0 |

Заведующий производством

Кузнецова