

Меню 14.10.2021.

Утверждено
Директор: *ПМ*

№ рец.	Прием пищи, наимен	Масса пор	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак	1-4, ММС, ОВЗ завтрак						
80,62	Рыба, тушеная с овощами (фил	10,18	7,78	2,17	119,99		
610,03	Рис припущенный	150	3,79	6,54	38,96	229,69	
420,02	Хлеб пшеничный обо	30	3,2	0,4	22	104	
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9	
10	Печенье	35	3,2	3,2	4,5	62	
Итого за Завтрак		20,37	17,92	77,61	555,58		
Обед ОВЗ							
25,09	Салат из свеклы с ябл	60	0,68	3,11	5,95	54,96	
53,39	Щи из свежей капусты 250/60	1,55	4,11	7,18	72,63		
131,8	Плов из мяса птицы	250	15,21	16,65	37,28	359,21	
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9	
420,02	Хлеб пшеничный обо	50	3,2	0,4	22	104	
Итого за обед		20,6	24,3	82,4	630,7		
Обед 5-11							
	Тефтели из мяса птиц	90				208	
	Каша гречневая	100	8	6	47	273	
	Соус томатный	50		1	1	14	
	Чай с сахаром	200			16	70	
	Хлеб пшеничный обо	85	2		14	71	
Итого за Обед		10	7	78	636		
Итого за день		51,01	49,19	238	1822,28		