

Утверждаю

Директор

Журавкова Лидия Ивановна

**МЕНЮ****7-11****ДЕНЬ 8****22.01.2025**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		45	7,3	12,1	19,4	216,5
КАША МАННАЯ С СОКОМ		250	9,4	7,6	48,5	298,8
ЧАЙ С САХАРОМ		190/0/15	0,2	0,1	14,3	57,0
			16,9	19,8	82,2	572,3
Обед						
САЛАТ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ		60	1,0	6,0	5,9	81,7
БОРЩ С МЯСОМ		200	7,1	8,7	11,9	154,5
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ		90	12,7	3,1	0,6	81,1
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		150	3,5	4,2	15,1	114,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	0,8	0,2	12,7	56,4
НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ		200	0,1		24,2	99,6
ВАФЛИ		30	0,8	1,0	23,2	106,2
			27,3	24,0	109,1	768,5
Полдник						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ		135	2,5	7,5	25,7	182,7
РЯЖЕНКА		200	5,8	5,0	8,4	108,0
			8,3	12,5	34,1	290,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,5	56,3	225,4	1 631,5