

**МЕНЮ****12 и старше
ДЕНЬ 1****16.09.2024**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50		8,1	13,4	21,5	240,3
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	250		7,4	10,0	33,4	253,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10/7		0,2		15,0	60,0
			18,3	23,8	86,9	635,1
Обед						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	100		1,8	7,1	16,2	136,2
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250		9,2	11,1	20,9	220,3
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100		14,5	9,9	7,6	177,5
Макароны отварные с овощами	180		3,5	3,6	28,4	160,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		1,7	0,2	10,6	51,0
Напиток из шиповника	200				19,4	77,4
			33,0	32,8	118,5	901,5
Полдник						
ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ	160		4,4	11,1	29,7	239,0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200		5,9	5,1	9,8	110,0
			10,3	16,2	39,5	349,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,6	72,8	244,9	1 885,6