

Утверждаю

Зав. производством
А.В.Селивёрстова



МЕНЮ
17 июня 2024 год (понедельник)

Завтрак

Энергет. Ценность (ккал)	Масса 1 порц./г	
305	200	Каша молочная пшённая с курагой
63	40	Яйцо варёное
129	125	Йогурт вязкий с фруктово-ягодными добавками
66	10	Масло сливочное порционное
42	200/7	Чай с сахаром и лимоном
101	40	Хлеб пшеничный витаминизированный
58	100	Фрукт свежий (яблоко)
Итого: 764		

Обед

Энерг. Ценность (ккал)	Масса 1 порц./г	
21	100	Овощи натуральные (ассорти)
171	250/40	Щи из шпината с яйцом
338	80/80	Гуляш из филе кур
248	180	Макароны фигурные отварные
98	200	Компот из сухофруктов
101	40	Хлеб пшеничный витаминизированный
78	30	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный
47	100	Фрукт свежий (груша)
Итого: 1102		

Полдник

Энерг. Ценность (ккал)	Масса 1 порц./г	
188	33	Мини-кекс
110	200	Сок 0,2 фруктовый
53	18	Мармелад желейный
Итого за полдник: 351		
Итого за день: 2217		