

МЕНЮ

на 27 мая 2022 года

возрастная категория: 7 - 11 лет

прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергет. ценность (ккал)
			белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК	Огурец в нарезке	80	0,6	0,1	2	11,3
	Котлета рыбная	100	14,1	2,8	8,6	115,9
	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,8	202
	Кисель из ягод	200	0,1	0,1	14,8	60,7
	Кукуруза сахарная	40	0,9	0,2	4,5	22,9
	Хлеб в ассорти- менте	30	2	0,4	11,9	58,7
Итого за завтрак		600	23	9,1	74,6	471,5



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!



СЕГОДНЯ В МЕНЮ

на 27 мая 2022 года

возрастная категория: 11 лет и старше



№	Наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергет. ценность (ккал)	№ реце пурь
			белки	жиры	углеводы		
Д	Салат из свеклы отварной	100	1,3	4,5	7,6	76,1	
	Ворон с кефиром и картофелем	250	5,8	7,6	12,6	142,7	
	Макарон отварен	150	5,3	5,5	32,8	202	
	Курица тушеная с морковью	100	14,1	6,3	4,4	131,3	
	Компот из сухофруктов	200	1	0,1	15,6	66,9	
	Хлеб в ассорти - мент	60	4	0,7	23,8	117,4	
	за обед	860	31,5	24,7	96,8	736,4	
	ее значение за день						



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

