

Меню

Меню с 02 по 07 октября

№ Сб.ре	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК							
КОМПЛЕКС № 1							
№ 15/2015 г	Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
№ 173/2015 г	Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5		5,91	5,56	25,05	177
ТТК 2021 г	Напиток из шиповника	180		0,01		9,16	37
	Вафли весовые	1 шт/20		0,78	6,12	12,5	108
	Батон	26		1,95	0,75	13,36	68
	Итого:		35,00	12,59	16,42	60,07	443
ВТОРНИК							
КОМПЛЕКС № 1							
№ 532/2013	Десерт фруктовый (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2019 г	Макаронные изделия отварные с сыром	150		7,9	7,01	38,2	254
ТТК 2023 г	Напиток из вишни	180		0,11	0,03	10,41	43
	Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
	Итого:		35,00	10,28	8,16	71,26	410
СРЕДА							
КОМПЛЕКС № 1							
14/2015	Масло сливочное (порциями)	10		0,08	7,25	0,08	66
ТТК 2019 г	Блинчики со сгущённым молоком	2 шт/90/10		5,67	7,19	10,45	139
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
	Батон	36		2,7	1,04	18,5	94
	Итого:		35,00	8,51	15,49	36,37	330
ЧЕТВЕРГ							
КОМПЛЕКС № 1							
№ 15/2015 г	Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
№ 173/2015 г	Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом	150/5		5,85	5,61	17,2	145
379/2015	Кофейный напиток с молоком	180		2,97	1,35	18,96	108
	Батон	32		2,4	0,92	16,44	84
	Итого:		35,00	15,16	11,87	52,60	390
ПЯТНИЦА							
КОМПЛЕКС № 1							
№ 532/2013	Десерт фруктовый (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
14/2015	Масло сливочное (порциями)	10		0,08	7,25	0,08	66
№ 173/2015 г	Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5		7,8	10,22	36,52	269
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	180/7		0,02		7,19	29
	Батон	20		1,50	0,58	10,28	52
	Итого:		35,00	9,80	18,45	63,87	463
СУББОТА							
КОМПЛЕКС № 1							
№ 15/2015 г	Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
№ 173/2015 г	Каша вязкая молочная из пшённой крупы с маслом	150/5		5,6	5,98	18,66	151
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
	Печенье весовое	4 шт/60		4,14	8,28	44,5	268
	Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
	Итого:		35,00	15,99	19,13	85,88	582



poelidovolen.ru

В. Демин

