

Меню скомплектованных горячих завтраков

с 24 по 29 апреля

Меню

Наименование продуктов

ПОНЕДЕЛЬНИК (24.04.2023)

Комплекс № 1

Папшычок из куриных грудок (с Переменкой, на пампуре)

Капа рисовая вязкая

Чай с сахаром

Хлеб ржано - пшеничный

Выход Сто-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

80	13,8	14,0	1,00	184
180	2,8	5,0	28,7	171
200/8	0,02	0,001	7,9	32
15	0,75	0,15	6,8	33

Итого:

55,00	17,37	19,15	44,4	420
-------	-------	-------	------	-----

ВТОРНИК (25.04.2023)

Комплекс № 1

Ёжики мясные с рисом в соусе томатном

Макаронные изделия отварные (с масл.растит.)

Сок в ассортименте разливной 1л

Хлеб пшеничный (белый)

60/40	9,6	10,4	9,3	169
180	6,80	5,40	43,10	248
200	1,35	0,27	12,15	59
30	2,28	0,24	14,8	71

Итого:

55,00	20,03	16,31	79,31	547
-------	-------	-------	-------	-----

СРЕДА (26.04.2023)

Комплекс № 1

Пагеты куриные

Пюре картофельное

Компот из замороженной компотной смеси

Хлеб ржано - пшеничный

4шт/64	13,1	15,7	2,3	200
180	3,94	5,6	26,44	175
200	0,12	0,03	11,6	48
25	1,25	0,25	11,3	55

Итого:

55,00	18,41	21,57	51,59	478
-------	-------	-------	-------	-----

ЧЕТВЕРГ (27.04.2023)

Комплекс № 1

Пельмени «Для умников и умниц» отварные с соусом

Переменка

Компот из замороженной вишни

Хлеб ржано - пшеничный

180/30	21,50	30,8	39,0	519
200	0,14	0,0	11,2	46
20	1	0,2	9,0	44

Итого:

55,00	22,64	31,02	59,20	609
-------	-------	-------	-------	-----

ПЯТНИЦА (28.04.2023)

Комплекс № 1

Цыплята запечённые

Рис отварной с маслом

Компот из плодов сушёных (урюк)

Хлеб пшеничный (белый)

100	26,7	24,6	1	332
180/3	4,6	8,7	48	290
200	1	0,1	30,6	128
30	2,28	0,24	14,8	71

Итого:

55,00	34,58	33,62	94,36	821
-------	-------	-------	-------	-----

СУББОТА (29.04.2023)

Комплекс № 1

Сосиски отварные

Сырники отварные (с м/слив.)

Чай с сахаром

Хлеб ржано - пшеничный

2шт/100	10,4	20,2	0,8	226
180	6,80	5,40	43,10	248
200/8	0,02	0,001	7,9	32
20	1	0,2	9,0	44

Итого:

55,00	18,22	25,80	60,80	550
-------	-------	-------	-------	-----