

Меню

Меню с 2 по 6 мая 2023 г.

Наименование продуктов

Выход Стои- Белки Жир Угл- Ккал
ть ь ды

ВТОРНИК (02.05.2023)

Шапшычок из куриных грудок (с Переменкой, на шампуре)	80	13,8	14,0	1,00	184
Капа гречневая вязкая	150	3,5	4,6	22	144
Компот из плодов сушёных (урюк)	200	1	0,1	30,6	128
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:	55,00	19,30	18,88	62,60	500

СРЕДА (03.05.2023)

Запеканка картофельная с мясом, маслом	200/5	14,5	21,9	27,7	364
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,07	0,01	8,1	34
Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
Итого:	55,00	15,32	22,06	42,55	431

ЧЕТВЕРГ (04.05.2023)

Цыпленка запечённые	100	26,7	24,6	1	332
Рис отварной с маслом	180/5	4,6	8,7	48	290
Компот из замороженной вишни	200	0,14	0,0	11,2	46
Хлеб ржано - пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	66
Итого:	55,00	32,94	33,62	73,70	734

ПЯТНИЦА (05.05.2023)

Нагетсы куриные	5шт/80	16,3	19,7	2,82	250
Спагетти отварные (с м/слив.)	180	6,80	5,40	43,10	248
Паниток из пшеники	200	0,01		10,2	41
Хлеб пшеничный (белый)	35	1,5	0,3	13,5	66
Итого:	55,00	24,61	25,40	69,62	605

СУББОТА (06.05.2023)

Пельмени "Для умников И умниц" отварные с соусом Переменка	170/20	20,20	24,5	36,4	447
Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
Итого:	55,00	22,30	24,92	55,30	539

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

