

Меню

Меню с 2 по 6 мая 2023 г.

Наименование продуктов

Выход Стои- Белки Жиры Угл-ды Кка
ть

ВТОРНИК (02.04.2023)

Горячее бесплатное питание младшие

Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
Грудка куриная (филе) по - французски	170		16,06	17,20	35,96	363
Овощи натуральные солёные(огурцы)- доп.гарнир	20		0,22	0,04	0,76	5
Чай с сахаром, лимоном	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Итого:	502	62,10	19,26	18,0	72,70	537

СРЕДА (03.04.2023)

Горячее бесплатное питание младшие

Ассорти овощное (помидоры, огурцы свежие с маслом)	30/30/5		0,54	5,08	1,71	55
Гуляш из говядины	35/35		10,64	8,37	3,99	134
Рис отварной	150		3,83	5,43	40,01	224
Чай с сахаром	180/7		0,02		7,19	29
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
Итого:	502	62,10	16,92	19,1	67,03	510

ЧЕТВЕРГ (04.04.2023)

Горячее бесплатное питание младшие

Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
Индейка (филе) в томатном соусе	45/45		9,84	12,2	1,89	15
Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,39	41,87	24
Овощи натуральные солёные(огурцы)- доп.гарнир	20		0,22	0,04	0,76	5
Компот из плодов сушеных (урюк)	180		0,72	0,06	16,61	71
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
Итого:	550	62,10	19,69	18,3	85,06	59

ПЯТНИЦА (05.04.2023)

Горячее бесплатное питание младшие

Блинчики со сгущенным молоком	45/10		3,19	2,52	19,5	114
Биточки рыбные из фарша минтая с з/гороншком отварным	65/25		8,08	9,15	7,29	152
Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5		3,32	8,28	22,06	179
Чай с сахаром	180/7		0,02		7,19	29
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Итого:	522	62,10	16,88	20,2	72,63	554

СУББОТА (06.04.2023)

Горячее бесплатное питание младшие

Директор	2 шт/100		9,40	11,0	1,80	144
Сосиски, отварные	150		5,64	4,46	35,94	207
Макаронные изделия отварные	30		0,33	0,06	1,14	7
Овощи натуральные свежие (помидоры) (доп. гарнир)	180		0,11	0,03	10,41	43
Компот из замороженной вишни	20		1	0,2	9	44
Хлеб ржано - пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб пшеничный						
Итого:	500	62,10	18,00	15,9	68,13	492