

Меню разработано на основе примерного меню и утверждено СанПиН	Утверждаю: Заведующий КРЦОБУ Колоскова	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энерг. ценность, ккал		Витамины, С		
		1-3 г.	3-7 л.	1-3 г.	3-7 л.	1-3 г.	3-7 л.	1-3 г.	3-7 л.	1-3 г.	3-7 л.	
МЕНЮ 07.04.2023 ЗАВТРАК № 1	№ 1825 ИИН 202000873	3-7 л.	Вес в гр.	Вес в гр.	Вес в гр.	Вес в гр.	Вес в гр.	Вес в гр.	Вес в гр.	Вес в гр.	Вес в гр.	
1. Натуральный омлет.	90	7,52	9,28	13,46	18,03	1,57	1,86	157	193	0,15	0,18	
2. Салат из зелёного горошка.	30	40	1,18	1,57	3,81	5,08	2,93	3,9	50,25	67	2,4	3,2
3. Кофейный напиток со сгущённым молоком	180	200	2	3	2,3	4,2	17	19	102	108	0,35	0,35
4. Бутерброд с сыром	25 10	30 15	3,14	4,51	6,75	8,06	7,42	9,88	103,25	130,48	0,06	0,09
ЗАВТРАК № 2												
10.30 – Яблоко.	50	50	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44	44	10	10
ОБЕД												
1. Суп с клёцками на мясе кур.	180	200	4,12	5,16	5,63	7,05	15,13	18,95	139,6	196,8	4,24	5,31
2. Каша пшеничная.	120	150	5,68	6,84	2,13	2,89	14,49	16,47	105,6	108,2	0	0
3. Котлета с томатным соусом.	50 20	55 25	7,03 0,48	9,84 0,69	5,73 1,37	8,02 1,95	5,11 2,16	7,16 3,46	99,38 21,7	139,13 33,46	0,58 0,46	0,81 0,77
4. Салат из сладкой моркови.	30	40	0,49	0,74	0,038	0,05	4,64	6,96	20,92	31,38	1,92	2,88
5. Компот из смеси сухофруктов	180	200	0,43	0,48	0	0	21,42	23,8	81	90	0,36	0,4
6. Хлеб пшеничный	25	30	2,28	3,04	0,24	0,32	14,76	19,68	70,5	94	0	0
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК												
1. Запеканка из творога	100	110	21,04	26,31	14,46	18,09	20,58	25,74	296	372	0,28	0,36
2. Кисель ягодный густой	30	40	2,78	3,02	4,07	5,11	2,42	3,61	75,09	82,8	1,5	2,1
3. Чай с сахаром.	180	200	0,06	0,07	0,02	0,03	13	15	58,38	60,46	0,02	0,03
Итого:	1280	1475	58,63	74,95	60,41	79,28	152,43	185,27	1424,67	1750,71	22,32	26,48
Стоимость 1 дня:	119,68	130,92										

Приятного аппетита!