



Меню на 29 марта 2024г.

	Наименование блюд	Норма выхода		Ккал
		С 2 до 3	С 3 до 7	
Завтрак	Омлет натуральный	120	150	154,08/192,97
	Какао с молоком	150	200	74,26/86,01
	Хлеб пшеничный	20	30	47,0/70,5
				275,34/349,48
10⁰⁰	Сок яблочный	200	200	92,0/92,0
Обед	Солянка рыбная домашняя	180	230	51,6/68,8
	Тефтели паровые из говядины, соус сметанный	60/25	80/25	151,0/209,22
	Гарнир сложный	120	150	94,35/121,3
	Напиток из шиповника	150	-	85,3/-
	Напиток витаминный	-	200	-/74,0
	Хлеб ржаной	40	50	67,4/87,38
				451,65/560,71
Полдник	Пирожок с капустой печеный	40	50	103,98/129,98
	Яблоко	100	100	70,5/70,5
	Снежок	120	120	71,08/71,08
			245,56/271,56	
Ужин	Запеканка из отварного сердца	60	80	87,81/117,08
	Морковь тушёная	120	150	92,34/116,02
	Чай без сахара	150	200	-/-
	Хлеб пшеничный	20	30	47,0/70,5
			327,15/303,6	
Итого за день				1291,7/1477,35

СанПин 2.3/2.4.3590-20 п. 8.1.7

