

МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" на молоке	Калорийность (ЭЦ)-237, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-40	17-84
30	Хлеб пшеничный	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-2, Углеводы-15	1-06
200	Чай с сахаром	Калорийность (ЭЦ)-58, Углеводы-15	1-59
1	Шоколад молочный		10-00
20	Сыр порциями	Калорийность (ЭЦ)-75, Белки-5, Жиры-6	9-24
40	Яйца вареные	Калорийность (ЭЦ)-63, Белки-5, Жиры-5	5-50
1	Витаминно-минеральный комплекс		4-78
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-504, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-70	50-08
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-504, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-70	50-08

Директор _____ Фарухова.О.Ч



МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
80	Котлеты куриные из фарша	Калорийность (ЭЦ)-171, Белки-3, Жиры-11, Углеводы-15	22-93
30	Хлеб пшеничный	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-2, Углеводы-15	1-06
180	Сок	Калорийность (ЭЦ)-50, Углеводы-11	9-78
200	Банан	Калорийность (ЭЦ)-96, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	19-78
10	Масло сливочное порциями	Калорийность (ЭЦ)-66, Жиры-7	5-91
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность (ЭЦ)-248, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-35	8-62
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-702, Белки-11, Жиры-28, Углеводы-98	68-08
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-702, Белки-11, Жиры-28, Углеводы-98	68-08

Директор



Фарухова О.Ч.

МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
50	<i>Сосиски отварные</i>	Калорийность (ЭЦ)-118, Белки-5, Жиры-10	16-64
180	<i>Пюре картофельное</i>	Калорийность (ЭЦ)-208, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-29	13-67
20	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность (ЭЦ)-75, Белки-5, Жиры-6	9-24
200	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	Калорийность (ЭЦ)-106, Белки-1, Углеводы-25	7-84
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-2, Углеводы-15	1-06
100	<i>Йогурт</i>	Калорийность (ЭЦ)-63, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9	13-75
1	<i>Витаминно-минеральный комплекс</i>		4-85
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-640, Белки-21, Жиры-28, Углеводы-78	67-05
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-640, Белки-21, Жиры-28, Углеводы-78	67-05



МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
180	Сок	Калорийность (ЭЦ)-50, Углеводы-11	9-78
10	Масло сливочное порциями	Калорийность (ЭЦ)-66, Жиры-7	5-91
290	Апельсин	Калорийность (ЭЦ)-125, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-23	37-20
100	Тефтели куриные с соусом собственного производства	Калорийность (ЭЦ)-51, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	24-71
150	Каша пшеничная рассыпчатая	Калорийность (ЭЦ)-221, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-35	6-48
30	Хлеб пшеничный	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-2, Углеводы-15	1-06
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-583, Белки-14, Жиры-19, Углеводы-87	85-14
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-583, Белки-14, Жиры-19, Углеводы-87	85-14

Директор

Фарухова О.Н.



МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	<i>Филе птицы, тушенное в сливочном соусе</i>	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-15, Жиры-9, Углеводы-3	39-55
150	<i>Рис отварной</i>	Калорийность (ЭЦ)-138, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-24	9-26
200	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	Калорийность (ЭЦ)-106, Белки-1, Углеводы-25	9-75
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-2, Углеводы-15	1-06
20	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность (ЭЦ)-75, Белки-5, Жиры-6	9-45
1	<i>Витаминно-минеральный комплекс</i>		4-85
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-531, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-66	73-92
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-531, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-66	73-92

Директор

Фарухова.О.Ч

