

МЕНЮ НА 20 ноября

Утверждаю _____ зам. директора Жетимекова Е.В.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	N рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1							
День 3							
Завтрак:	Омлет на молоке	180	6,35	8,51	21,86	198	93
	Кофейный напиток на молоке	170	0	0	11,98	43	263
	Булка	50	2,32	0,24	20,08	92	2, 1
2-й завтрак	Напиток из шиповника	70	0,9	0,3	12,6	59,6	-
Итого за завтрак						392,6	
Обед:	Винегрет	50	0,83	4,54	4,55	65	22
	Суп фасолевый на м/б	200	6,5	5,2	22,09	204	36
	Рис отварной/гуляш из мяса	180	12,93	14,38	31,86	272,9	258
	Компот из изюма	170	0,48	0	23,8	80	241
	Хлеб ржаной	45	2,64	0,48	13,4	93,15	-
Итого за обед						715,05	
Уплотненный полдник	Каша молочная пшеничная	90	16,78	22,19	35,78	422	128
	чай	170	0	0	18	98,79	233
	Плюшка с сахаром						
Итого за полдник						520,79	
Итого за седьмой день:						1628,44	

Калькулятор _____ Горбунова А.Н.

Повар _____ Пузикова Е.С.