

Месяц 01.09.2024 год

	Наименование блюда	Выход блюда			
		В граммах		В калориях	
		весн	суд	весн	суд
Завтрак	Каша овсяная Геркулес жидкая	130	150	142,1	172,5
	Бутерброд с маслом	40	50	100,2	136,5
	Чай с молоком	180	200	42,1	46,6
	Хлеб пшеничный	-	20	-	40,3
Позавтрак	Фрукты	100	100	96	96
Обед	Салат дальневосточный из морской капусты	40	60	15,2	22,7
	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной	150	200	93	124
	Котлета рубленая из курицы	60	70	171,3	201
	Соус томатный	25	25	19,9	19,9
	Каша гречневая рассыпчатая	110	130	153,8	195
	Компот из ягод	150	180	22	26,3
	Хлеб ржаной	20	30	33,8	50,6
	Хлеб пшеничный	15	20	30,1	40,1
Полдник	Ватрушка с повидлом	50	50	151	151
	Молоко кипяченое	150	200	82,5	110
Ужин	Икра кабачковая (консерв.)	40	60	31,8	47,4
	Биточки рыбные	60	80	109,3	161,7
	Овощи отварные с маслом	120	150	134,8	173,5
	Чай с сахаром	180/5	180 /5	20,4	20,4
	Хлеб ржаной	20	20	33,8	33,8