

Заведующая _____ Фролова Л.Г.

ФРОЛОВ
А
ЛАРИСА
ГРИГОРЬ
ЕВНА

11 Сентября 2024г.

Меню

Если

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК	360	335.97
Каша пшенная	160	181.10
Какао с молоком 2	160	95.66
Бутерброд с маслом и повидлом	40	59.21
10 ЧАСОВ	115	109.34
Печенье	15	65.37
Сок	100	43.97
ОБЕД	580	465.16
Салат из свежих помидоров	40	32.29
Рассольник со сметаной	150	112.91
Макаронные отварные обед	110	138.03
Гуляш из свинины	60	94.74
Компот из смеси сухофруктов	180	20.82
Хлеб ржаной	40	66.37
ПОЛДНИК	150	68
Яблоки	150	68.00
УЖИН	405	375.22
Запеканка из печени с рисом	150	275.99
Икра кабачковая	45	18.49
Чай с лимоном	180	28.66
Хлеб пшеничный	30	52.08

Итого калорийность: 1353.69 Ккал.

Заведующая _____ Фролова Л.Г.

ФРОЛОВА
ЛАРИСА
ГРИГОРЬЕ
Садвна

11 Сентября 2024г.

Меню

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК	405	397.8
Каша пшенная	180	214.02
Какао с молоком 2	180	111.49
Бутерброд с маслом и повидлом	45	72.29
10 ЧАСОВ	115	107.77
Печенье	15	65.37
Сок	100	42.40
ОБЕД	710	592.35
Салат из свежих помидор и огурцов	60	38.58
Рассольник со сметаной	200	131.35
Макаронные отварные обед	130	195.29
Гуляш из свинины	70	101.71
Компот из смеси сухофруктов	200	28.99
Хлеб ржаной	50	96.43
ПОЛДНИК	150	81.6
Яблоки	150	81.60
УЖИН	490	395.05
Запеканка из печени с рисом	200	256.60
Икра кабачковая	50	19.97
Чай с сахаром2	200	20.03
Хлеб пшеничный	40	98.45

Итого калорийность: 1574.57 Ккал.