



# Меню

12.10.2021г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат из свеклы с чесноком	1/60	0,8	1,9	3,9	36
Суп рассольник с мясом	1/200	2,1	5,11	16,59	120,8
Жаркое по - домашнему	1/185	19,3	14,7	2,7	191
Кисель витаминный	1/200	0,2	0,2	14,8	102
Хлеб	1/40	7,6	0,6	52,3	233

# Меню

13.10.2021г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Огурцы свежие	1/60	0,4	0,1	1,1	6,6
Суп домашний	1/200	1,3	3,5	3,6	52
Плов из говядины	1/180	10	11	2,1	147
Сок натуральный	1/200	0	0,01	14	56
Хлеб	1/40	7,6	0,6	52,3	233

# Меню

14.09. 2021г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Дйцо вареное	1/40	4	4,6	0,28	63
Суп - Харчо	1/200	5,5	1,8	9,8	128
Быточки рыбные	1/80	5,7	0,9	3	114
Картофельное пюре	1/150	3,8	4,1	31,4	178
Напиток из шиповника	1/200	0,2	0,2	23,8	98
Хлеб	1/30	7,6	0,6	52,3	233

# Меню

15.09. 2021г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат «Винегрет»	1/60	0,7	3,7	3,6	51
Суп геркулесовый	1/200	2,375	2,916	5,066	56,01
Печень по - страгановски	1/60	9,4	7,4	3,9	99
Макаронные изделия отварные	1/150	3,7	4,8	37	109
Чай с лимоном	1/200	0,4	0,1	14,5	62
Хлеб	1/40	7,6	0,6	52,3	233

# Меню

16.10.2021г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат «Витаминный»	1/60	0,8	1,9	3,9	36
Щи из свежей капусты	1/200	1,3	3,5	3,6	0,05
Сосиски молочные	1/70	14	12,1	2	81
Каша пшениная рассыпчатая	1/150	8,9	8,5	35	181
Какао с молоком	1/200	3,3	2,9	13,8	94
Хлеб	1/40	7,6	0,6	52,3	233

# Меню

18.10.2021г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат из капусты белокочанной	1/60	0,1	1,9	3,9	36
Суп гороховый	1/200	5,9	2,9	12	102
Котлеты из говядины	1/60	5,6	9,2	10,2	164
Каша гречневая	1/150	5,6	5,7	9,8	173
Сок фруктовый	1/200	0	0,01	14	56
Хлеб	1/40	7,6	0,6	52,3	233