

Меню

06.04.2022г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат «Овощной»	1/60	0,5	3,09	2,1	3,9
Суп рассольник с мясом	1/200	2,1	5,11	16,59	120,8
Куринное филе с овощами	1/60	4,2	2,4	21,1	36,2
Макаронные изделия отварные	1/150	3,7	4,8	37	109
Кисель вита минный	1/200	0,2	0,2	14,8	102
Хлеб	1/40	7,6	0,6	52,3	233

Меню

07.04.2022г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Уха рыбацкая	1/200	5,5	1,8	9,8	128
Рыба тушеная	1/70	5,7	0,9	5,1	114
Каша пшенная рассыпчатая	1/150	8,9	8,5	35	181
Чай с лимоном	1/200	0,4	0,1	14,5	62
Хлеб	1/40	7,6	0,6	52,3	233
Мандарин	1/80	1,04	0,26	9,75	49,4

Меню

08.04.2022г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат из свежей с чесноком	1/60	0,8	1,7	2,8	1,2
Щи из свежей капусты	1/200	1,3	3,5	3,6	52
Плов из говядины	1/180	10	11	2,1	147
Кефир	1/200	2,9	2,5	4	53
Хлеб	1/40	7,6	0,6	52,3	233

Меню

11.04.2022г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат из моркови с яблоками	1/60	0,7	3,7	3,6	51
Суп гороховый	1/200	5,9	2,9	12	102
Куриное филе с овощами	1/60	4,2	2,4	21,1	36,2
Каша гречневая	1/150	5,4	5,7	9,8	173
Напиток из шиповника	1/200	0,2	0,2	23,8	98
Хлеб	1/40	7,6	0,6	52,3	233

Меню

12.04. 2022г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Яйцо вареное	1/40	4	4,6	0,28	63
Борщ из свежей капусты	1/200	1,6	3,6	8	71
Котлеты из говядины	1/60	5,6	9,2	10,2	164
Картофельное пюре	1/150	3,8	4,1	31,4	178
Кофейный напиток	1/200	0,2	1,4	2,9	28,1
Хлеб	1/40	7,6	0,6	52,3	233

Меню

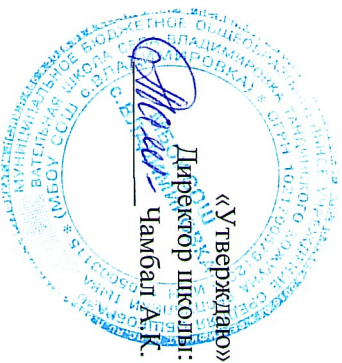
13.04. 2022г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат «Винегрет»	1/60	0,7	3,7	3,6	51
Суп геркулесовый	1/200	2,75	2,96	5	56,1
Капуста тушеная	1/150	6,4	7,8	7,9	108
Сок натуральный	1/200	0	0,01	14	56
Хлеб	1/40	7,6	0,6	52,3	233

Меню

14.04.2022г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Яблоки	1/80	0,5	0,6	16	33
Суп - харчо	1/200	5,5	1,8	9,8	128
Биточки рыбные	1/80	5,7	0,9	3	114
Каша рисовая рассыпчатая	1/150	3,1	7,2	9,1	102
Компот из сухофруктов	1/200	0,6	0,1	20,1	84
Хлеб	1/30	7,6	0,6	52,3	233

Меню

15.04.2022г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат из свеклы с чесноком	1/60	0,8	1,7	2,8	1,2
Суп рассольник с мясом	1/200	2,1	5,11	16,59	120,8
Сосиски молочные	1/70	14	12,1	2	81
Макаронные изделия отварные	1/150	3,7	4,8	37	109
Чай с лимоном	1/200	0,4	0,1	14,5	62
Хлеб	1/30	7,6	0,6	52,3	233