

Меню

06.03.2023г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Углеводы
Свежий помидор	1/60	8,1	0,6	0,2	1,4
Суп гороховый	1/200	102	5,9	2,9	12
Гуляш из говядины	1./60	12,8	1,8	1,7	0
Макаронные изделия отварные	1/150				
Компот из свежих плодов и ягод	1\200	109	3,7	4,8	37
Хлеб	1./40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

07.02.2023г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Углеводы
Мандарин	1/.130	49,4	1,04	0,26	9,75
Суп рассольник с мясом	1\200	120,8	2,1	5,11	16,59
Глов из курицы	1\150	58	5,1	2,1	5
Какао с молоком	1\200	94	3,3	2,9	13,8
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

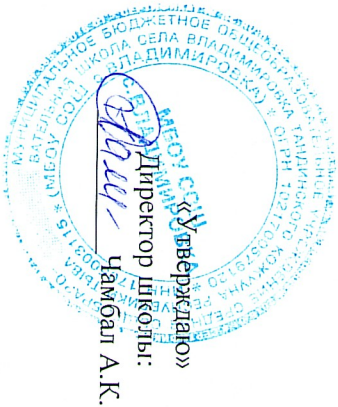


09.03. 2023г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Углеводы
Огурцы свежие	1./60	24	1,1	0,2	3,8
Уха рыбацкая	1\200	128	5,5	1,8	9,8
Рыба тушеная	1\70	114	5,7	0,9	5,1
Каша гречневая	1/150	173	5,4	5,7	9,8
Кисель витаминный	1/200	102	0,2	0,2	14,8
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

10.03.2023г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Углеводы
Салат из морковью с изюмом	1/60	61	1,3	3,2	6,6
Борщ из свежей капусты	1\200	71	1,6	3,6	8
Печень по - строгановский	1/60	99	9,4	7,4	3,9
Картофельное пюре	1/150	178	3,8	4,1	31,4
Сок натуральный	1/200	56	0	0,01	14
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

13.03.2023г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Углевод
Салат из свеклы с чесноком	1/60	1,2	0,8	1,7	2,8
Суп гороховый	1/200	108	2,59	2,41	18,78
Гуляш из курицы	1\100	121	2,1	5,11	16,59
Макаронные изделия отварные	1/150	109	3,7	4,8	37
Кофейный напиток	1\200	28,1	0,2	1,4	2,9
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

14.03. 2023г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Углеводы
Салат из моркови с яблоками	1\60	51	0,7	3,7	3,9
Суп рассольник с мясом	1\200	120,8	2,1	5,11	16,59
Плов из говядины	1\180	147	10	11	2,1
Чай с лимоном	1\200	62	0,4	0,1	14,5
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

15.03. 2023г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Углеводы
Салат из свекла с грецким орехом	1\60	173	4,5	11,9	11,8
Щи из свежей капусты	1/200	52	1,3	3,5	3,6
Печень по - строгановский	1/60	99	9,4	7,4	3,9
Каша пшениная рассыпчатая	1/150	181	8,9	8,5	35
Кисель витаминный	1/200	102	0,2	0,2	14,8
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

16.03.2023г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Углевод ы
Яйцо вареное	1\40	63	4	4,6	0,28
Суп – Харчо	1\200	128	5,5	1,8	9,8
Биточки рыбные	1\60	5,7	0,9	3	114
Каша гречневая	1\150	173	5,4	5,7	9,8
Напиток из шиповника	1\200	98	0,2	0,2	23,8
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

17.03.2023г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Углевод ы
Салат «Винегрет»	1/60	51	0,7	3,7	3,6
Суп домашний	1/200	52	1,3	3,5	3,6
Жаркое по- домашнему	1/180	191	19,3	14,7	2,7
Сок натуральный	1/200	56	0	0,01	14
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3