

Понедельник 10.01.2018г.

ЗАВТРАК 1		ВЕС/ККАЛ
Масло сливочное крестьянское (порционное)		10/66,1
Каша рисовая рассыпчатая с овощами		150/186
Чай с сахаром		180/37,8
Икра кабачковая (консервы)		40/36
Хлеб пшеничный йодированный		30/73,5
ЗАВТРАК 2		
Сок фруктовый порционный (яблочный)		200г/84
ОБЕД		
Борщ с капустой, картофелем, сметаной		200/90
Котлета рыбная любительская		80/116
Пюре картофельное		150/134,1
Компот из сушеных фруктов		180/81
Хлеб пшеничный йодированный		20/49
Хлеб ржано- пшеничный		30/57,3
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК		
Суп молочный с овсяными хлопьями «Геркулес»		150/96,8
Кефир 2,5 %		180/95,4
Булочка ванильная		50/185
УЖИН		
Макароны, запеченные с яйцом		180/222
Компот из свежих яблок		180/66,6
Хлеб пшеничный йодированный		20/49
Хлеб ржано- пшеничный		20/38,2
Энергетическая ценность (ккал) за день		1803,2
Стоимость дня		

Заведующий

Спец. _____

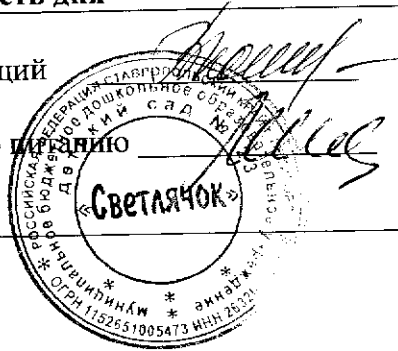


Вторник 11.01.2023

ЗАВТРАК 1		ВЕС/ККАЛ
Сыр (порционный)		10/36
Каша жидкая молочная пшеничная с м/с		180/209,3
Кофейный напиток с молоком		200/101
Хлеб пшеничный йодированный		30/73,5
ЗАВТРАК 2		
Фрукты свежие		100г/44,2
ОБЕД		
Суп картофельный с крупой пшеничной на м/б		200/97,4
Рагу из овощей с мясом отварным		200/314
Напиток из плодов шиповника		200/87,7
Хлеб пшеничный йодированный		20/49
Хлеб ржано-пшеничный		30/57,3
Огурец соленый		20/2,6
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК		
Запеканка из творога		120/296,4
Соус сметанный		30/22,2
Ряженка 2,5%		180/95,4
УЖИН		
Омлет натуральный, запеченный		80/120,6
Свекла тушеная		150/130
Чай с сахаром		180/37,8
Хлеб пшеничный йодированный		20/49
Хлеб ржано-пшеничный		20/38,2
Энергетическая ценность(ккал) за день		1861,6
Стоимость дня		

Заведующий

Спец. по питанию

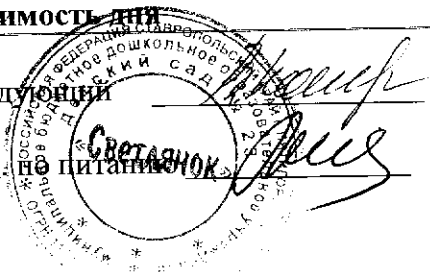


Четверг 18.01.2018г.

ЗАВТРАК 1		ВЕС/ККАЛ
Сыр (порционный)		10/36
Каша жидкая молочная «Геркулес» с м/с		180/172,4
Кофейный напиток с молоком		200/101
Хлеб пшеничный йодированный		30/73,5
ЗАВТРАК 2		
Фрукты свежие		100г/44,2
ОБЕД		
Суп из овощей со сметаной на курином бульоне		200/103,1
Плов из птицы		210/457,3
Напиток из плодов шиповника		200/87,7
Хлеб пшеничный йодированный		20/49
Хлеб ржано-пшеничный		30/57,3
Огурец соленый		20/2,6
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК		
Пудинг из творога с яблоком		120/218,5
Кефир 2,5%		180/95,4
УЖИН		
Омлет с картофелем с маслом сливочным		120/225
Морковь отварная с маслом сливочным		100/49,3
Чай с сахаром		180/37,8
Хлеб пшеничный йодированный		20/49
Хлеб ржано-пшеничный		20/38,2
Энергетическая ценность(ккал) за день		1897,3
Стоимость дня		

Заведующий

Спец. по питанию



Пятница 14.01.2022г.

ЗАВТРАК 1		ВЕС/ККАЛ
Масло сливочное крестьянское (порционное)		10/66,1
Суп молочный с макаронными изделиями		180/130,7
Какао с молоком		200/118,9
Хлеб пшеничный йодированный		30/73,5
ЗАВТРАК 2		
Сок фруктовый порционный (яблочный)		200г/84
ОБЕД		
Рассольник ленинградский со сметаной		200/106
Котлеты рубленые из фарша рыбного		80/126
Пюре картофельное		150/134,1
Компот из сухофруктов		180/81
Хлеб пшеничный йодированный		20/49
Хлеб ржано-пшеничный		30/57,3
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК		
Оладьи с джемом(повидлом)		120/332
Молоко кипяченое		180/93,6
УЖИН		
Гуляш из отварной птицы		80/135,9
Каша пшеничная вязкая с маслом		100/102
Пюре из свеклы		60/44,4
Чай с лимоном		180/37,8
Хлеб пшеничный йодированный		30/73,5
Хлеб ржано-пшеничный		20/38,2
Энергетическая ценность(ккал) за день		1884,0
Стоимость дня		



В. Коссева
Алекс