



Утверждаю

Директор

О.Д.Меньшова

2021 год

Ежедневное меню

на 13 мая 2021 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Рис отварной	150	232,0
	Фрикадельки мясные	60	93,6
	Винегрет овощной	50	56,9
	Хлеб ржаной	25	77,0
	Чай с сахаром	200	110,0
	Печенье	100	105,0
Итого за завтрак		585	674,5 (26%)
обед	Гороховый суп с курицей	250/20	158,0
	Макароны с маслом	180	201,6
	Гуляш из говядины	50/75	177,6
	Чай с лимоном	200	56,0
	Хлеб ржаной	50	77,0
	Хлеб пшеничный	25	79,8
	Яблоки свежие	85	93,5
Итого за обед		670	750,0 (31%)
полдник	Фрукты	100	110,0
	Вафли	100	225,1
Итого за полдник		200	335,1 (13%)
Итого за день:		1435	1759,6 (70%)