

Меню корпус 2 (Д/с №24 лето-осень)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
199	Каша геркулесовая молочная	ККал-227
31	Хлеб пшеничный в/с	ККал-68
5	Масло сливочное порционное	ККал-37
14	Сыр порционный	ККал-50
203	Кофейный напиток с молоком	ККал-117
Итого за Завтрак		ККал-499
<u>Завтрак 2</u>		
99	Груши	ККал-164
Итого за Завтрак 2		ККал-164
<u>Обед</u>		
250	Суп картофельный с макаронными изделиями	ККал-54
212	Плов из риса и мяса.	ККал-380
31	Хлеб пшеничный в/с	ККал-68
31	Хлеб ржаной	ККал-31
174	Сок	ККал-87
Итого за Обед		ККал-620
<u>Полдник</u>		
121	Рыба тушеная с овощами	ККал-124
100	Картофель отварной	ККал-122
203	Чай с сахаром	ККал-59
21	Хлеб пшеничный в/с	ККал-46
21	Хлеб ржаной	ККал-21
Итого за Полдник		ККал-372
<u>Ужин</u>		
153	Кефир	ККал-77
71	Оладьи с повидлом	ККал-202
Итого за Ужин		ККал-279
Итого за день		ККал-1 934



Заведующий _____

Исх. № _____

