Сёмина Ирина Михайловна
Подписано цифровой подписью: Сёмина Ирина Михайловна

Ежедневное меню вторник 13.09.2022		
	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции
1	2	3
завтрак:		
	Суп молочный с крупой (кукурузной)	150
	Кофейный напиток с молоком	180
	Хлеб пшеничный с маслом	20/4
	Сыр сычужный твёрдый порциями	8
	2 - ой завтрак	
	Сок фруктовый или овощной в ассортименте	100
	итого:	
обед:		
	Салат из белокочанной капусты с морковью	40
	Суп крестьянский с крупой (перловая)	180/3
	Котлеты рыбные (минтай)	60
	Картофель отварной	120
	Соус сметанный	20
	Кисель из клюквы	180
	Хлеб пшеничный	8,6
	Хлеб ржаной	40
	итого	
полдник:		
	Молоко кипячёное	180
	Пряники	24
	Плоды свежие (яблоки)	95
	итого	
ужин:		
	Рагу из овощей	180
	Напиток из шиповника	180
	Хлеб пшеничный	20
	итого	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	

Энергетическая ценность (ккал)
7
98,85
71,17
73,37
27,44
46
316,83
36,3
85,86
68,77
122,4
23,06
58,09
16,77
85,2
496,45
95,4
81,6
44,65
221,65
162
78,4
39
279,4
1314,33