

# МЕНЮ

На 03.11.2020 10,5 ч.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				Витамин и минералы, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша ячневая 200	200	9,93	11,58	49,45	345,59	0,9
Батон с маслом 30/5	30/5	2,37/0,04	0,68//6,63	16,13/0,07	81/60	0,838
Напиток кофейный с молоком	200	1,76	2,00	17,46	91,96	0,00
10:00						
Банан	200	3,00	1,00	42,00	192,00	20,00
<b>ОБЕД</b>						
Суп рассольник со сметаной	200	7,20	6,94	24,46	190,08	22,04
Пюре картофельное	130	4,73	6,42	33,10	209,5	39,000
Бифштексов из печени	80	12,85	5,26	11,58	146,04	24,720
Хлеб	50	2,94	1,79	27,67	136,66	
Отвар шиповника	200	0,20		17,98	69,64	50,00
<b>ПОЛДНИК</b>						
Запеканка творожная со сливочным молоком	150	5,58	6,31	21,0	181,4	
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	0,100
Пряник Северный	40	2,41	2,37	33,68	170,22	

Руководитель

(подпись)

Бальхаева Р.К.  
(расшифровка подписи)

