

МЕНЮ
31 октября 2023 г.
Улыбка
7-11 лет



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОГУРЦЫ ПОРЦИОННЫЕ огурцы грунтовые	60	0,4	0,1	1,3	7
КОТЛЕТА МЯСНАЯ В СОУСЕ соль йодированная, мясо индейки Халаяль, грудка куриная, хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	80	4,6	6,4	9,4	109
СОУС ТОМАТНЫЙ соль йодированная, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное	50	0,5	1,4	3,2	28
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ соль йодированная, крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое	150	4,3	5,1	20,6	144
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	2,6	2	21,2	111
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
Итого		15,8	16,2	74	484
Обед					
ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ томаты грунтовые, огурцы грунтовые	60	0,5	0,1	1,3	11
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ соль йодированная, капуста белокочанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, вода питьевая, сметана 20% жирности	200	1,9	3,9	7,3	72
БИТОЧЕК РЫБНЫЙ соль йодированная, филе минтая, хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, яйца куриные (шт.)	80	11,9	5	9,5	124
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная, картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	150	3,4	5,1	22,1	249
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ аскорбиновая кислота, яблоки, вода питьевая, сахар песок	200	0,1	0,1	20,4	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	2,6	0,4	17	82
Итого		23,3	14,3	96,9	705
Всего		39,1	30	170,9	1189

Цена

176-90

Повар _____