


Заведующий д/с «Колокольчик»

Утверждаю:

  
Е.А.Поршнева**Меню 13 день понедельник**

22 января 2024 года

	Наименование блюда	Выход в гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепту ры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша гречневая вязкая	200	6,0	7,1	31,1	212	№248- 2013, Пермь
	Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	10,5	42	№686- 2004
Второй завтрак	фрукт	160	0,1	0,4	21,3	89	№458- 2006,Мо сква
Обед	Суп картофельный с крупой с мясом	180/20	6,4	4,2	15,2	124	№138- 2004
	Рыба припущенная, в сметане	80	11,9	7,3	2,5	123	№338- 2013, Пермь
	Овощи припущенные	150	2,2	3,8	20,3	124	№524- 2004
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,3	0,0	15,2	62	№508- 2013, Пермь
	Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
	Хлеб ржаной	25	0,6	0,3	9,4	43	
Полдник	Мучное изделие п/п	50	1,5	5,1	29,0	168	
	Кисломолочный напиток	200	3,6	6,4	10,5	114	№698- 2004