

Заведующий д/с «Колокольчик»

Утверждаю:

Е.А. Поршнева

Меню 3 день

6 ноября 2024 года

| | Наименование блюда | Выход в гр. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецепту ры |
|----------------|--|----------------|---------------------|------|------|--------------------------------------|--------------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Завтрак | Каша рисовая жидкая | 200 | 5,1 | 6,2 | 21,8 | 163 | №311-2004 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/10 | 4,5 | 5,9 | 7,9 | 103 | №1,3-2004 |
| | Чай с молоком | 180 | 2,5 | 2,2 | 10,2 | 71 | №495-2013, Пермь |
| Второй завтрак | Сок | 200 | 0,3 | 0,0 | 22,4 | 91 | №518-2013, Пермь |
| Обед | Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком | 60 | 1,1 | 4,1 | 5,3 | 63 | №75-2013, Пермь |
| | Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом со сметаной | 180/10/5 | 4,1 | 4,9 | 5,6 | 83 | №142-2013, Пермь |
| | Печень говяжья по-строгановски | 80 | 11,2 | 9,6 | 2,9 | 143 | №431-2004 |
| | Макаронные изделия отварные | 150 | 2,5 | 2,8 | 35,8 | 178 | №516-2004 |
| | Напиток из шиповника | 180 | 0,3 | 0,0 | 22,4 | 91 | №705-2004 |
| | Хлеб пшеничный | 10 | 0,2 | 0,1 | 4,4 | 19 | |
| | Хлеб ржаной | 40 | 0,9 | 0,5 | 15,1 | 69 | |
| Полдник | Вареники ленивые с молоком сгущенным | 150 | 9,9 | 10,8 | 25,0 | 237 | №325-2013, Пермь |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,1 | 0,0 | 10,6 | 43 | №685-2004 |