



МЕНЮ  
 9 ДЕНЬ  
 «19» 05 2022 Г.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Выход г/д	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша жидкая гречневая молочная с маслом сливочным	180	6,28	9,38	22,5	199,8
2	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89
3	Батон нарезной	30	1,19	0,15	7,27	35,02
4	Сыр	16	3,68	4,64	0	57,6

2 ЗАВТРАК

1	Сок (нектар) витаминизированный	200	0	0	22	90
2	<del>Квиноа терские изделия</del>	13	1,56	0,78	11,52	68,7

ОБЕД

1	Уха с крупой	180	4,2	0,96	9,96	6
2	Макарониз. стварини (20)		3,06	4,8	20,43	137,5
3	Печень по-строгановски со сметанным соусом	40/30	12,4	12,7	4,83	183,5
4	Кисель из см ягод	180	0,16	0,07	24,15	97,92
5	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	58,33
6	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,3
7	<del>Салат овощной (овощи свежие/кра овощная)</del>	<del>60</del>	0,95	3,07	7,26	60,4

УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК

1	Пирог со см гербушей	170	17,5	15	65,3	471
2	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40
3	Фрукт свежий	120	1,38	0,46	25,8	103,05

Итого за девятый день ели			59,58	55	263,83	1741,77
---------------------------	--	--	-------	----	--------	---------