

**Недельное меню рациона горячего питания (завтрак, обед)
Предуниверсарий**

День: Понедельник 06.09.2021					
Полдник Ккал:203					
Выход в гр.	Наименование	Калорийность	Белки	Жиры	Углево ды
150	Апельсин	43	0,9	0,1	8,1
200	Компот клубничный	57			
Обед Ккал:819					
	Холодные закуски				
100	Салат Лечо	89,9	1	6,9	23,65
Первые блюда					
250	Лапша домашняя	130	5,28	2,6	23,54
Вторые блюда					
220	Перец фаршированный	88,4	20	6,2	5,7
Напитки					
200	Морс клубничный	57			
Хлеб, выпечка					
40	Хлеб пшеничный	104,80	3,00	1,16	20,56
20	Хлеб ржано-пшеничный	46,40	1,12	0,22	9,88

День: Вторник 07.09.2021					
Полдник Ккал:229					
Выход в гр.	Наименование	Калорийность	Белки	Жиры	Углевод ы
100	Грушка	47	0,4	0,3	10,3
200	Сок яблочный ДП	92	2	0,2	20,2
Обед Ккал:935					
Выход в гр.	Холодные закуски				
100	Красная сирень	143,19	1,05	15,14	10,35
Первые блюда					
250	Щи из свежей капусты	52,4	2,1	3,2	3,8
Вторые блюда					
75/50	Тефтели в кисло-сладком соусе	202,2	10,7	16,4	3,1
Гарнир					
150	Гречка	266,74	7,6	8,15	40,76
Напитки					
200	Морс облепиховый	44,91	0,1	0,2	0,2
Хлеб, выпечка					
40	Хлеб пшеничный	104,80	3,00	1,16	20,56
20	Хлеб ржано-пшеничный	46,40	1,12	0,22	9,88

Директор Предуниверсария
Технолог
Ген. Директор



**Недельное меню рациона горячего питания (завтрак, обед)
Предуниверсарий**

День: среда 08.09.2021					
Полдник Ккал:323					
Выход в гр.	Наименование	Калорийность	Белки	Жиры	Углево ды
100	Пирог с капустой	214	4,4	7,1	33,6
200	Шиповник	109	1,6	0,7	22,4
Обед Ккал:801,4					
	Холодные закуски				
100	Капустный с морковью	146,28	1,05	15,14	12,35
Первые блюда					
250	Рассольник	40,4	0,9	1,6	5,9
Вторые блюда					
100	Свинная отбивная	251,9	14,8	19,5	4,2
Гарнир					
150	Рис с овощами	134,1	2,2	4	22,2
Напитки					
200	Компот ягодный	17,9	0,1	0	4,4
Хлеб, выпечка					
40	Хлеб пшеничный	104,80	3,00	1,16	20,56
20	Хлеб ржано-пшеничный	46,40	1,12	0,22	9,88

День: четверг 09.09.2021					
Полдник Ккал:282					
Выход в гр.	Наименование	Калорийность	Белки	Жиры	Углев оды
150	Пирог с картошкой	190	5,5	5	31,5
200	Компот из сухофруктов	92	2	0,2	20,2
Обед Ккал:755					
	Холодные закуски				
100	Овощной микс	90,2	1,9	6	7,5
Первые блюда					
250	Суп гороховый	66	4,4	2,4	8,9
Вторые блюда					
100	Печень в сливочном соусе	158,9	13,7	10,5	2,6
Гарнир					
150	Картофельное пюре	75	2,1	0,8	14,7
Напитки					
200	Компот из сухофруктов	41,3	0,1	0	10,4
Хлеб, выпечка					
40	Хлеб пшеничный	104,80	3,00	1,16	20,56
20	Хлеб ржано-пшеничный	46,40	1,12	0,22	9,88

Директор Предуниверси
Технолог
Ген. Директор



**Недельное меню рациона горячего питания (завтрак, обед)
Предуниверсарий**

День: Пятница 10.09.2021					
Полдник Ккал:389					
Выход в гр.	Наименование	Калорийность	Белки	Жиры	Углево ды
150	Плюша Московская	330	7,6	8,7	57,2
200	Компот яблочный	59			
Обед Ккал:809					
	Холодные закуски				
100	Морковный с изюмом	128	2,9	0,2	31,3
Первые блюда					
250	Лапша домашняя	130	5,28	2,6	23,54
	Вторые блюда				
220	Рыба под маринадом	120,4	10,7	5,3	7,3
	Напитки				
200	Компот ягод	59			
	Хлеб, выпечка				
40	Хлеб пшеничный	104,80	3,00	1,16	20,56
20	Хлеб ржано-пшеничный	46,40	1,12	0,22	9,88

Директор Предуниверсария
Технолог
Ген. Директор

