

**Недельное меню рациона горячего питания (обед-полдник)
Предуниверсарий**

День: Понедельник 20.09.2021					
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:754,4					
	Холодные закуски				
100	Капуста с болгарским перцем	30,3	1,1	1,6	2,9
Первые блюда					
250	Рассольник	40,4	0,9	1,6	5,9
Вторые блюда					
100	Котлета Домашние	178,4	10	12,8	5,8
	Макароны	157,7	5,8	0,9	30,6
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 21.09.2021					
Полдник Ккал:229					
Выход в гр.	Наименование	Калорийность	Белки	Жиры	Углев оды
100	Грушка	47	0,4	0,3	10,3
200	Сок яблочный ДП	92	2	0,2	20,2
Обед Ккал;752,44					
Выход в гр.	Холодные закуски				
100	Свекла с сыром	130,5	4,1	9,3	6,7
Первые блюда					
250	Борщ	57,7	3,8	2,9	4,3
Вторые блюда					
100	Котлета куриная	222	18,2	10,4	13,8
Гарнир					
150	Овощи припущенные	59,58	2,2	2,8	7,1
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 Предуниверсарий
Технолог
Ген. Директор



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

День: среда 22.09.2021					
Полдник Ккал:323					
Выход в гр.	Наименование	Калорийность	Белки	Жиры	Углево ды
100	Пирог с капустой	214			
200	Шиповник	109	4,4	7,1	33,6
			1,6	0,7	22,4
Обед Ккал:657,3					
Холодные закуски					
100	Салат редис с огурцом	85,2			
			5,2	6,1	2,2
Первые блюда					
250	Суп гороховый	66			
			4,4	2,4	8,9
Вторые блюда					
100	Биточки рыбные в сливочном соусе	96,6	12,8	2	6,5
Гарнир					
150	Картофельное пюре	81,7	2,1	4,6	8,5
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 23.09.2021					
Полдник Ккал:282					
Выход в гр.	Наименование	Калорийность	Белки	Жиры	Углевод ы
150	Пирог с картошкой	190			
200	Компот из сухофруктов	92	5,5	5	31,5
			2	0,2	20,2
Обед Ккал: 806,1					
Холодные закуски					
100	Салат Овощной	90,2	1,9	6	7,5
Первые блюда					
250	Щи Селянская	41,6	1,1	2,1	4,9
Вторые блюда					
250	Фрикасе из курицы	152,3	14,4	6,1	9,8
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 Предуниверсарий
Технолог
Ген. Директор

Недельное меню рациона горячего питания (обед, полдник)



Предуниверсарий

День: Пятница 17.09.2021					
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:806,1					
	Холодные закуски				
100	Яйца с горошком	224,8	9,6	18,8	3,1
Первые блюда					
250	Лапша куриная	130	5,28	2,6	23,54
	Вторые блюда				
220	Плов с говядиной	219	8,1	4,3	39,1
	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 Предуниверсарий
 Технолог
 Ген. Директор



