



Утверждаю:

*Лесов*

"11" октября 2023г.

10 день

**МЕНЮ**  
с 12 лет и старше

Наименование блюда	Химический состав					Цена руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>		<b>21,8</b>	<b>19,3</b>	<b>78,4</b>	<b>574,3</b>	<b>107,75</b>
Биточки рыбные	100.	15,5	12,9	14,4	235,7	68,9
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	175,5	26,29
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	82,9	9,52
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,48
<b>Обед</b>		<b>30,7</b>	<b>35,9</b>	<b>121,2</b>	<b>930,9</b>	<b>208,81</b>
Салат из свеклы с сыром	100	6,1	12,9	7,7	171,3	36,51
Рассольник с мясом и сметаной	250/10/5	4,1	5,2	12,5	113,2	39,33
Гречка по-купечески с мясом	250	15,3	16,4	37,7	359,6	105,57
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89	19,76
Хлеб пшеничный	60	3	0,8	24,3	116,8	4,68
Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81	2,96
<b>ИТОГО:</b>		<b>52,5</b>	<b>55,2</b>	<b>199,6</b>	<b>1505,2</b>	<b>316,56</b>

Мед.работник

*Лесов*