Утверждаю: _____

"11" ноября 2023г.

5 день

МЕНЮ

с 12 лет и старше

Наименование блюда	Химический состав					Цена руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		***16***	***11,8***	***93,6***	***542***	***94,19***
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	25,55
Каша пшеничная	200.	7,5	6,2	20,8	169	34,08
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	10,14
Яблоко	150	0,4	0,4	28	117	21
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	38	1,78
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,64
Обед		***28,2***	***30***	***136,4***	***929***	***143,67***
Салат витаминный	100	1,1	5	5,3	71	14,2
Рассольник "Ленинградский" с мясом	250/10/5	5	6,3	14,4	134	40,96
Рыба запеченная	100	15,5	12,9	3,1	191	40,77
Рис припущенный	180	3,5	4,4	30,5	176	19,32
Сок	200	0,5	0	34	138	18,2
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116	5,32
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	4,9
ИТОГО:		***44,2***	***41,8***	***230***	***1471***	***237,86***

Мед.работник _____