

Утверждаю:

"18" сентября 2023г.



1 день

МЕНЮ
с 12 лет и старше

Наименование блюда	Химический состав					Цена руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		16,1	15,9	88,5	561	90,25
Каша "Геркулес" жидкая	200	7,5	7,7	26	203	32,51
Бутерброд с сыром и маслом	20/5/15.	6,1	7,8	7,9	126,2	19,92
Чай с лимоном и апельсином	200/20/10.	0,2	0	15,5	62,8	15,14
Яблоко	165	0,6	0	21,6	88,8	19,64
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
Обед		30,1	30	119,4	868,5	197,25
Салат "Дальневосточный"	100	5,5	10,5	1,7	123,3	42,43
Суп из овощей с курицей	250/10/5.	5,9	6,3	16	144,3	27,92
Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	117,5	80,18
Рис припущенный	180	4,4	4,3	35	196,6	19,32
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
ИТОГО:		46,2	45,9	207,9	1429,5	287,5

Мед.работник _____