

Утверждаю:

"27" сентября 2023г.



19 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>6,9</b>	<b>6,6</b>	<b>85,8</b>	<b>430</b>	<b>104,92</b>
Рыба, запеченная с яйцом	100.	0,7	0,1	1,9	11,3	40,54	
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	175,5	26,29	
Сок	200	0,5	0	34	138	15,41	
Яблоко	165	0,1	0,2	5,7	25	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	
<b>Обед</b>			<b>28,9</b>	<b>35,6</b>	<b>117,2</b>	<b>905</b>	<b>210,07</b>
Салат картофельный с кукурузой	100	3,5	6,4	9,8	110,8	31,46	
Суп-харчо с мясом	250/10	7,4	5,5	22	167,1	33,95	
Мясо тушеное с капустой	250	12,9	22,5	23	346,1	125,76	
Компот из свежих плодов	200	0,2	0	20,6	83,2	11,26	
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>35,8</b>	<b>42,2</b>	<b>203</b>	<b>1335</b>	<b>314,99</b>

Мед.работник \_\_\_\_\_