

Утверждаю:

"29" сентября 2023г.

3 день

МЕНЮ
с 12 лет и старше

Наименование блюда	Химический состав					Цена руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		20,4	19,9	97,9	652,1	146,94
Плов из мяса	250.	15,4	15,9	48,7	399,5	106,77
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2	21,31
Яблоко	145	0,6	0,5	19,9	86,5	17,3
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Обед		26,9	31,4	124,1	886,9	176,42
Салат овощной	100	2,3	5	9,1	90,5	25,15
Суп картофельный с рыбой	250/30	5,7	6,3	19,1	155,9	28,85
Биточки из говядины	100	10,1	14,2	17	236,2	58,29
Капуста тушёная	180	3,7	4,7	14,9	116,7	43,23
Напиток из шиповника	200	0,2	0	22,2	89,8	13,26
Хлеб пшеничный	60	3	0,8	24,3	116,8	4,68
Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81	2,96
ИТОГО:		47,3	51,3	222	1539	323,36

Мед.работник _____

107