

Утверждаю:

Васильев

"15" января 2024г.

5 день

МЕНЮ
с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				ЭЦ, ккал	Цена руб.
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г			
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 _____

Васильев