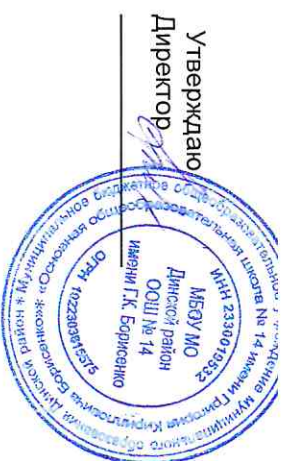


Возрастная категория: от 12 лет и старше

Меню
"15" ноября 2023г.



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 1								
ЗАВТРАК								
	Каша жидкая молочная (с крутой рисовой и маслом)	200	5,10	8,66	32,42	233,86	182	34,14
	Сыр (горчичами) (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	109,2	15	25,35
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	13,21
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	3,06
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	3,05
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	590	19,26	21,14	86,13	675,11		91,38
ОБЕД								
	Рассолыник	250	2,50	5,33	24,80	116,27	94	12,87
	Котлеты, биточки, шинцелги (говядина)	100/20	18,52	11,88	16,82	244,43	268	107,41
	Рагу из овощей (обед)	250	4,47	14,42	24,47	247,88	143	33,22
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	388	10,28
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	Н	4,59
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	3,05
	Фрукты (слива)*	100	0,80	0,30	9,60	44	338	12,57
	ИТОГО ЗА ОБЕД	975	31,94	32,87	133,12	901,1		183,99
ПОЛДНИК								
	Макаронны отварные с сыром	180	12,35	19,98	35,33	375,95	204	57,71
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,55
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	380	12,61	19,98	42,57	406,77		63,26
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1945	63,81	65,99	261,82	1982,98		

Ст. повар

