



**Меню**

« 07 » июня 2023г.

**от 12 лет и старше**

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углевод ы			
<b>День 5</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Мясо тушеное (свинина) с овощами в соусе	200	13,60	13,28	26,20	277,72	274	52,86
	Кондитерское изделие (зефир)	65	4,80	6,10	48,00	264	151	13,22
	Чай с сахаром	200	0,18	0,00	10,02	41,64	392	4,00
	Хлеб пшеничный	54	3,24	0,81	29,16	139,48	878	3,19
	Хлеб ржаной	34	1,09	0,07	15,91	68,78	879	2,43
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>551</b>	<b>21,96</b>	<b>31,72</b>	<b>90,64</b>	<b>738,63</b>		<b>76,54</b>
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с бобовыми	250	5,50	9,15	21,70	191,88	81	15,89
	Печень тушеная в соусе	110	11,74	11,16	9,39	192,46	524	43,45
	Каша крупяная рассыпчатая гречневая	180	10,82	8,12	53,08	329,11	67/1	16,61
	Овощи свежие (огурец/помидор)	100	0,50	0,09	1,71	9,63	202,2	11,93
	Хлеб пшеничный	54	3,24	0,81	29,16	139,48	878	3,19
	Хлеб ржаной	34	1,09	0,07	15,91	68,78	879	2,43
	Сок фруктовый	200	0,20	0,20	28,20	82,6	399г	10,14
	Мороженое Пломбир	80	5,22	4,50	7,20	90	385	52,91
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1008</b>	<b>38,31</b>	<b>34,1</b>	<b>166,35</b>	<b>1103,94</b>		<b>156,55</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1561</b>	<b>61,22</b>	<b>54,36</b>	<b>295,64</b>	<b>1895,56</b>		<b>232,25</b>

Повар 