



« 25 » декабря 2025 г.

MEHIO

« 25 » декабря 2025 года

Возрастная категория 12 лет и старше

Неделя 2 день 9

Неделя 2 день 9						
Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Рыба, тушенная в томате с овощами	120	106,60	19,5	21,0	11,3	197,3
Картофельное пюре	180	25,29	3,8	9,4	26,1	226,8
Какао с молоком	200	12,13	4,1	3,5	17,6	118,6
Хлеб пшеничный	30	1,92	2,0	0,2	15,0	70,7
Хлеб ржаной	25	1,80	1,7	0,3	8,6	41,3
Овощи соленые (огурцы)	100	26,33	1,1	0,2	3,8	22,0
Итого:	655	174,07	32,2	34,6	84,2	676,7
ОБЕД						
Щи из свежей капусты с картофелем	250	14,65	1,7	3,8	10,6	83,8
Плов из мяса говядины, 100/180	280	117,51	11,8	20,4	54,1	456,2
Салат из квашенной капусты	100	23,51	1,1	3,7	6,3	64,3
Хлеб пшеничный	50	3,20	3,4	0,4	25,1	117,8
Хлеб ржаной	50	3,30	0,6	17,2	82,6	115,6
Фрукты свежие(мандарины)	100	21,00	0,5	0,0	10,6	41,0
Кофейный напиток с молоком	200	14,65	6,1	2,7	16,0	101,0
Итого:	1030	198,42	27,9	31,6	139,8	946,7