

Меню на 24.05.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	451	Каша гречневая с молоком	200	22.01	201	17.68	15.70	27.74
	напиток	685	Чай с сахаром	200	5.80	94	0.00	0.00	14.60
	хлеб	тк	Хлеб пшеничный	60	3.84	76	* 2.64	0.44	15.04
		1	Бутерброд с маслом	60	9.42	75	0	8.2	0.1
			Шоколад	15	16.93	96	2.10	1.50	2.10
Обед	закуска	1121	Огурец порционно	60	4.14	97	0.5	4.5	3.5
	1 блюдо	132	Рассольник «Ленинградский»	300	18.71	167	4.82	6.92	20.00
	2 блюдо	437	Птица тушеная	100	19.84	150	10.63	7.74	2.19
	гарнир	41	Макароны отварные	200	11.47	145	49.58	1.18	33.12
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	2.70	145	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	тк №1	Хлеб пшеничный	60	3.84	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	тк №1	Хлеб ржаной	60	2.80	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО					121,50				
Завтрак	гор.блюдо	451	Каша гречневая с молоком	200	24.34	201	17.68	15.70	27.74
	напиток	685	Чай с сахаром	200	4.59	94	0.00	0.00	14.60
	хлеб	тк	Хлеб пшеничный	40	2.34	76	2.64	0.44	15.04
			Йогурт	95	19.72	63	5.08	4.60	0,28
			Печенье	20	3.01	96	2.10	1.50	2.10
Обед	закуска	1121	Огурец порционно	60	2.55	97	0.5	4.5	3.5
	1 блюдо	132	Рассольник «Ленинградский»	250	19.84	167	4.82	6.92	20.00
	2 блюдо	437	Птица тушеная	90	18.61	150	10.63	7.74	2.19
	гарнир	41	Макароны отварные	200	11.47	145	49.58	1.18	33.12
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	2.74	145	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	тк №1	Хлеб пшеничный	40	2.34	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	тк №1	Хлеб ржаной	40	1.45	76	2.64	0.44	15.04
ИТОГО					113,00				

Повар: *sof* /М.В.Соколова