



<i>Меню на 31.03.2023 года</i>			
<i>ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!</i>			
<i>11-18 ЛЕТ</i>			
<i>Наименование блюда</i>	Выход	Цена	Белки
<i>Обед</i>			
ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	40		5,10
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	250		0,75
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	250		20,40
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200		0,74
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12
ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		5,34
<i>ДОПОЛНЕНИЕ К ОБЕДУ</i>			
ПЕЧЕНЬЕ	30		0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,20
Итого:	1063	102,89	41,65

--

Жиры	Углеводы	Ккал

4,60	0,30	63,00
0,75	18,37	249,50
20,40	20,40	346,80
0,10	29,88	123,36
0,96	59,04	282,00
0,80	28,02	140,68

0,00	0,00	104,25
0,05	10,02	41,33
27,66	166,03	1350,92