



Меню на 31.05.2023 года

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

<i>Наименование блюда</i>	Выход	Цена	Белки
Завтрак			
ЙОГУРТ В СТАКАНЧИКЕ	125		2,30
КАША ЯЧНЕВАЯ	200		7,20
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,30
Обед			
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	25		0,17
СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ (10)	300		3,63
ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ С СОУСОМ	100		10,80
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		5,64
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (ФРУКТ)	150		0,60
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО	200		1,36
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12
ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67
Итого:	1543	192,97	46,79

--

--

Жиры	Углеводы	Ккал
-------------	-----------------	-------------

2,10	3,80	47,10
6,60	32,80	219,40
2,90	13,80	94,00

1,52	0,47	16,25
7,45	9,84	120,92
6,70	6,20	128,00
6,23	36,01	222,70
0,60	14,70	66,60
0,00	24,03	106,94
0,96	59,04	282,00
0,40	14,01	70,34
35,46	214,70	1374,25