



Меню на 01.06.2023 года

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

<i>Наименование блюда</i>	Выход	Цена	Белки
<i>Завтрак</i>			
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60		3,40
КАША "ГЕРКУЛЕСОВАЯ"	200		6,40
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,20
<i>Обед</i>			
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	300		11,11
РУЛЕТ МЯСНОЙ С ЯЙЦОМ	70		10,56
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150		1,54
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (ФРУКТ)	150		0,60
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200		0,74
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12
ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67
Итого:	1423	192,97	46,34

--

--

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

1,40	18,60	101,00
------	-------	--------

8,20	25,60	201,80
------	-------	--------

0,05	10,02	41,33
------	-------	-------

12,20	5,23	175,22
-------	------	--------

8,45	4,22	135,21
------	------	--------

12,70	4,56	138,79
-------	------	--------

0,60	14,70	66,60
------	-------	-------

0,10	29,88	123,36
------	-------	--------

0,96	59,04	282,00
------	-------	--------

0,40	14,01	70,34
------	-------	-------

45,06	185,86	1335,65
--------------	---------------	----------------