



МЕНЮ

на « 02» апреля 2024 года (2)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Цена блюда
	Завтрак	600	22,7	20,5	71	559,1	107,7
	Бутерброд с сыром	20/15	5,3	3,7	7,2	83,3	13,7
	Котлета рыбная запеченная	90	9,3	8,3	11,6	158,3	29,6
	Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	16,20
	Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,9	16,7
	Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке	125	1,8	1,5	4,5	38,7	29,60
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,9
	Обед						
	Овощи свежие(огурцы)	60	0,5	0,1	1,3	7,9	22,5
	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	250/5	2,3	4,9	16,7	120,1	33,2
	Бедро или грудка куриные запеченные домашние	90	14,6	13,6	0,6	183,2	43,2
	Рагу из овощей	150	4,5	8,9	19,2	174,8	16,8
	Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34	138	17,0
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,9
	Хлеб пшеничный	40	2	0,6	16,2	77,8	3,8
	Итого за приём пищи	755	25,1	28,1	97,4	743,1	
	Итого за день		48	49	168	1302	138,4