

МЕНЮ

на <u>« 13 » ноября</u> 2023 года (5)

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Цена блюда
	Завтрак	550	17,4	18,3	76,7	545	107,7
	Фрикадельки из кур	100	10,8	10,9	5,4	162,9	29,6
	Каша гречневая вязкая отварная	150	1,7	4,5	24,3	148,6	10,4
	огурцы						11,6
	Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,1	94,1	15,5
	Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,0	14,4	59,2	22,0
	Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,8
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,8
	Чоко-пай						15,0
	Обед						
	Овощи консервированные без уксуса(огурцы)	60	0,5	0,1	1	6,9	21,3
	Или Овощи свежие(огурцы)	60	0,5	0,1	1,3	7,9	
	Чоко-пай						15,0
	Суп гороховый с гренками	250/20	3,1	4,1	31,7	176,1	24,9
	Биточки рыбные	90	14	11,6	13	212,4	42,2
	Картофель толченый, по-деревенски	150	3,4	5,8	29,4	183,5	16,2
	Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22	90	13,1
	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	770	24,1	22,3	122,7	787,6	138,4
	Итого за день		42	41	199	1333	