

МЕНЮ

на «25» апреля 2024 года (19)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Цена блюда
	завтрак	600	19,1	14	89,9	561,6	107,7
	Овощи консервированные без уксуса(огурцы)	60	0,5	0,1	1	6,9	10,4
	Или Овощи свежие	60	0,5	0,1	1,3	7,9	
	Рыба, запеченная с яйцом	90	13,0	8,9	8,2	164,9	42,3
	Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	16,2
	Сок в ассортименте	200	0,5	0	34	138	9,2
	Фрукт в ассортименте	100	0,1	0,2	5,7	25	25,80
	Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,9
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,9
	Обед						
	Салат картофельный с кукурузой	80	2,8	5,1	7,8	88,3	22,20
	Суп харчо с мясом	250/10	7,4	5,5	22	167,1	32,7
	Мясо тушеное с капустой	200	12,5	20,5	18,4	308,1	48,6
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	20,6	83,2	9,2
	Хлеб пшеничный	40	2	0,6	16,2	77,8	3,8
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,9
	Кондитерское изд.						20,0
	Итого за приём пищи	740	25,6	31,8	94,4	765,8	138,4
	Итого за день		45	46	184	1327	