

**меню (12лет и старшеБП,РП)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
32	<b>Десерт Ломтишка</b>	ККАЛ-122, Б-2, Ж-3, У-26	20-00
100	<b>Гуляш мясной</b> <small>свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-285, Б-12, Ж-19, У-5	70-00
180	<b>Гарнир каша гречка рассыпчатая</b> <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-207, Б-4, Ж-5, У-33	18-00
200	<b>Чай с молоком</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-99, Б-3, Ж-3, У-15	13-00
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	5-00
30	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-61, Б-2, У-12	3-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-878, Б-26, Ж-31, У-111	<b>129-00</b>
<b>обед</b>			
30	<b>Салат из свежих помидор</b> <small>помидоры свежие, масло растительное, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</small>	ККАЛ-61, Ж-6, У-2	11-00
80/30	<b>Шарики рыбные 80/30</b> <small>минтай филе, кури грудка, творог свежий 9%, лук репка, мука в/с, сахар-песок, масло растительное, манка, томат-паста, морковь свежая, яйцо, соль йодированная</small>	ККАЛ-173, Б-10, Ж-8, У-15	50-00
180	<b>Картофельное пюре</b> <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	32-00
200	<b>Сок фруктовый</b>	ККАЛ-92, Б-1, У-20	25-00
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-141, Б-5, У-30	6-00
50	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-102, Б-4, Ж-1, У-20	5-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-711, Б-24, Ж-21, У-111	<b>129-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1589, Б-50, Ж-52, У-222	<b>258-00</b>



Директор

Клешова Ю.М.

ИП Полякова

Целякова И.Е.

Калькулятор