

24.10.2023 (12 лет и старше БП, РП, 4вт)

меню (12 лет и старше БП, РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
250	Каша рисовая молочная с маслом <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-172, Б-6, Ж-8, У-23	33-00
20	Сыр порциями	ККАЛ-75, Б-5, Ж-6	22-00
125	Омлет с маслом <small>яйцо, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-234, Б-13, Ж-19, У-3	42-00
200	Какао с молоком <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок</small>	ККАЛ-113, Б-4, Ж-4, У-15	23-00
50	Батон белый	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-61, Б-2, У-12	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-785, Б-34, Ж-39, У-78	129-00
<u>обед</u>			
150	Яблоки свежие	ККАЛ-81, Ж-1, У-23	24-00
75/50	Тефтели рыбные в соусе <small>минтай филе, мука в/с, свинина мясная нежирная п/ф, кури грудка, хлеб белый нарезной, лук репка, масло сливочное 72,5%, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-173, Б-10, Ж-8, У-15	60-00
180	Картофельное пюре <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	32-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	5-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	5-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед		ККАЛ-605, Б-20, Ж-15, У-107	129-00
Итого за день		ККАЛ-1390, Б-54, Ж-54, У-185	258-00



ИП Полякова

