

Льготное меню (2 неделя) Весна - Лето

«4» апреля 2023г.

ЗАВТРАК 2

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Каша жидкая молочная овсяная с маслом, с сахаром	200/10/15	7	13,00	33,00	287,50	13,98
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,70
Булочка с изюмом	100/20	3,42	0,27	23,54	95,37	22,31
Кофейный напиток на молоке	200	3,8	3,4	25,5	155,2	11,72
Сыр твердый	15	3,2	3,8	4,9	60,00	8,80
Итого	570	17,5	28,77	87,00	675,07	63,51

ОБЕД 2

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Нарезка из свежих овощей (огурец, помидор)	60	0,84	0,06	3,54	22,8	13,80
Рассольник на курином бульоне со сметаной	250/10/10	3,0	4,5	20,1	135,0	16,48
Котлета из птицы	90	12,78	15,0	6,66	241	24,41
Макаронные изделия отварные	150/10	5,652	4,461	21,0	207,08	11,47
Компот из сухофруктов с вит. «С»	200	0,6	0	31,5	124	6,29
Хлеб йодированный	30	2,0	0,5	11,0	42,5	1,65
Хлеб ржаной	20	2,0	0,1	10,0	58,5	1,1
Итого	830	26,872	24,621	103,8	830,88	75,20

