

Льготное меню (1 неделя) Весна - Лето

«11» апреля 2023г

ЗАВТРАК 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)	30	0,84	0,06	3,54	22,8	6,90
Плов из птицы	200	15,2	13,0	36,2	333	46,04
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,70
Батон	25	6,536	4,4	19,35	130,14	2,20
Чай с лимоном, с сахаром	200/7/1 5	0,2	0,00	15,20	60,0	4,69
Итого	487	22,85	25,76	74,35	622,94	66,53

ОБЕД 2

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углевод ы		
Суп с макаронами на курином бульоне	250/10	2,9	2,50	21,00	120,00	12,35
Каша гречневая	150/10	8,7	7,8	42,6	279,0	15,77
Тефтели мясные с соусом, овощами 60/30	90	8,64	7,65	7,65	135,9	32,94
Компот из смеси сухофруктов с вит «С»	200	0,6	0	31,4	124	6,29
Хлеб пшеничный	30	4,0	0,6	21,0	101	1,65
Хлеб ржаной	20	2,0	0,1	10,0	58,5	1,10
Итого	760	26,84	18,55	133,65	818,4	70,10

