



М Е Н Ю ПЛАТНОЕ

13.02.2023

Понедельник2

| № | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углев. | Ккал | Рецепт.№ | Цена |
|----------------|-----------------------------------|----------|---------------|--------------|----------------|---------------|----------|--------------|
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Макароны отварные с сыром | 150/20 | 8,9 | 13,0 | 39,1 | 304,50 | | 30,47 |
| 2 | Салат из квашенной капусты | 60 | 1,3 | 5,0 | 8,0 | 84,0 | | 11,34 |
| 3 | Батон | 25 | 2,736 | 0,6 | 14,49 | 70,14 | | 2,36 |
| 4 | Масло сливочное | 10 | 0,08 | 8,3 | 0,06 | 77,00 | | 7,86 |
| 5 | Чай с лимоном | 1/200/7 | 0,2 | - | 15,2 | 60 | 686 | 7,44 |
| 6 | Фрукты свежие | 150 | 0,6 | 0,6 | 13,4 | 174 | | 23,40 |
| ИТОГО | | | 13,816 | 27,5 | 90,25 | 769,64 | | 82,87 |
| Обед | | | | | | | | |
| 1 | Огурец квашенный | 60 | 0,257 | 0 | 0,793 | 12,6 | | 12,10 |
| 2 | Суп рисовый на курином бульоне | 1/250/25 | 2,5 | 3,0 | 18,3 | 113,0 | 139 | 32,15 |
| 3 | Каша гречневая с маслом сливочным | 150/10 | 8,7 | 7,8 | 42,6 | 279 | 369 | 24,98 |
| 4 | Куриное филе припущенное | 50/50 | 32,13 | 20,41 | 3,996 | 302,4 | 487 | 41,61 |
| 5 | Чай с лимоном | 1/200/7 | 0,2 | - | 15,2 | 60 | 686 | 7,44 |
| 6 | Хлеб пшеничный/ржаной | 1/40/20 | 4 | 0,6 | 21 | 101 | | 3,56 |
| ИТОГО | | | 48,37 | 31,87 | 104,636 | 935,2 | | 121,8 |
| | | | | | | | | 4 |

