



МЕНЮ ОБЗ (1 неделя) Весна-Лето

ЗАВТРАК 5

Прием пищи, наименование блюда	масса порция, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Каша овсяная молочная с маслом, с сахаром	200/10/15	7,0	13,00	33,00	287,50	13,94
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,00	6,55
Булочки с изюмом	100/20	3,42	0,27	23,54	95,37	20,59
Кофейный напиток на молоке	200	3,8	3,4	25,5	155,2	11,86
Итого	555	14,3	24,97	82,1	615,07	52,94

ОБЕД 5

Прием пищи, наименование блюда	масса порция , г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Суп картофельный с бобовыми	250	6,2	5,6	22,3	167,0	9,93
Плов из куриного филе	200	15,2	13,0	36,2	330,0	40,01
Чай с лимоном, с сахаром	200/7/1 5	0,20	0,00	15,20	60,00	4,77
Хлеб восточный	40	4,0	0,6	21,00	101	1,98
Итого	712	25,6	19,2	94,7	658,0	56,69

Итого за день 112 руб.

