



М Е Н Ю ПЛАТНОЕ

«4» октября 2022г.

Вторник (2)

| № | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углев. | Ккал | Рецепт.№ | Цена |
|----------------|--|-------------|---------------|--------------|---------------|---------------|----------|--------------|
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Каша жидкая молочная овсяная с маслом, с сахаром | 200/10/15 | 7 | 13,00 | 33,00 | 287,50 | | 19,81 |
| 2 | Яйцо отварное | 40 | 15,11 | 8,54 | 69,12 | 62,8 | 52 | 12,88 |
| 3 | Батон, сыр, масло сливочное | 1/25/15/10 | 6,616 | 12,7 | 19,41 | 207,14 | 3 | 20,78 |
| 4 | Чай с лимоном | 1/200/7 | 0,2 | - | 15,2 | 60 | 686 | 7,44 |
| 5 | Фрукты свежие | 150 | 0,6 | 0,6 | 13,4 | 174 | | 12,60 |
| ИТОГО | | | 29,526 | 34,84 | 150,13 | 791,44 | | 73,51 |
| Обед | | | | | | | | |
| 1 | Нарезка из свежих овощей | 60 | 0,84 | 0,06 | 3,54 | 22,8 | | 6,93 |
| 2 | Рассольник со сметаной на курином бульоне | 1/250/15/25 | 3 | 4,5 | 20,1 | 135 | 132 | 42,21 |
| 3 | Котлета из куриного филе | 60 | 12,78 | 15,0 | 6,66 | 241,00 | 498 | 38,35 |
| 4 | Макаронны отварные | 150 | 5,652 | 4,461 | 21 | 207,08 | | 18,11 |
| 5 | Хлеб пшеничный/ржаной | 1/40/20 | 4 | 0,6 | 21 | 101 | | 3,75 |
| 6 | Компот из сухофруктов | 1/200 | 0,6 | - | 31,4 | 124 | 639 | 10,06 |
| ИТОГО | | | 29,08 | 27,9 | 121,76 | 880,0 | | 119,4 |
| | | | | | | | | 1 |

Итого за день

Завтрак _____

Обед _____

