

Льготное меню (2 неделя) Весна - Лето

«6» апреля 2023г.

ЗАВТРАК 4

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
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	30	2,736	0,6	14,49	70,14	2,20
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/1 5	0,2	0	15,2	60	4,69
Итого	522	19,056	21,96	69,49	562,94	73,43

ОБЕД 4

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/20/10	2,0	5,2	13,10	106,0	25,06
Плов из птицы	200	15,2	13,0	36,2	333	46,04
Компот из сухофруктов с витамином С	200	0,6	0	31,40	124,00	6,29
Хлеб ржаной	20	2,0	0,1	10,0	58,5	1,10
Хлеб йодированный	30	2,0	0,5	11,0	42,5	1,65
Итого	730	21,8	18,8	101,7	664	80,14

