



## Льготное меню (1 неделя) Осень-Зима

«10» января 2023г

### ЗАВТРАК 2

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Плов из куриного филе	200	15,2	13,0	36,2	333	45,89
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Батон	25	6,536	4,4	19,35	130,14	1,97
Чай с лимоном, с сахаром	200/7/1 5	0,2	0,00	15,20	60,0	4,65
<b>Итого</b>	<b>457</b>	<b>22,016</b>	<b>25,7</b>	<b>70,81</b>	<b>600,14</b>	<b>59,06</b>

### 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	250/20	2,9	2,50	21,00	120,00	19,40
Каша гречневая с маслом	150/10	8,7	7,8	42,6	279,0	15,62
Тефтели мясные с соусом	100	8,64	7,65	7,65	135,9	36,12
Чай с лимоном, с сахаром	200/7/15	0,2	0,00	15,20	60,0	4,65
Хлеб пшеничный	30	4,0	0,6	21,0	101	1,58
Хлеб ржаной	20	2,0	0,1	10,0	58,5	1,01
<b>Итого</b>	<b>777</b>	<b>24,44</b>	<b>18,55</b>	<b>107,45</b>	<b>695,9</b>	<b>78,38</b>

