

Льготное меню (1 неделя) Весна - Лето

«19» апреля 2023г

ЗАВТРАК 3

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Запеканка из творога со сметаной	135/15	20,25	17,96	18,50	322,65	50,66
Батон	25	6,536	4,4	19,35	130,14	2,20
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,00	6,70
Какао с молоком	200	4,62	4,02	43,8	177,56	12,50
Итого	380	31,48	34,68	81,71	707,35	72,06

ОБЕД 3

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Икра кабачковая	60	0,90	2,6	4,3	45	6,60
Суп картофельный с рисом на курином бульоне	250/10	2,5	3,00	18,30	113,00	13,04
Капуста тушеная	150	5,8	5,7	34	210,0	13,15
Котлета из птицы	90	12,78	15,0	6,66	241,0	24,41
Чай с лимоном, с сахаром	200/7/1	0,20	0,00	15,20	60,00	4,69
Хлеб пшеничный	30	4,0	0,6	21,0	101,0	1,65
Хлеб ржаной	20	2,0	0,1	10,0	58,5	1,10
Итого	832	28,18	27,0	109,46	828,5	64,64

