

Льготное меню (2 неделя) Весна - Лето

«24» апреля 2023г.

ЗАВТРАК 1

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углевод ы		
Нарезка из свежих овощей (огурец, помидор)	60	0,84	0,06	3,54	22,8	13,80
Макаронные изделия, запеченные с сыром	150/20	8,9	13,0	39,1	304,5	18,85
Батон	25	2,736	0,6	14,49	70,14	2,20
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60	4,69
Фрукты свежие	200	0,6	0,6	13,4	174	25,20
Итого	677	13,276	14,26	85,73	631,44	64,74

ОБЕД 1

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,ру б
		белки	жиры	углевод ы		
Суп картофельный с рисом на курином бульоне	250/10	2,5	3,0	18,3	113,0	13,04
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/10	8,7	7,8	42,6	279,0	15,77
Гуляш из куриного филе в томатном соусе 50/50	100	2,6	2,4	58,49	240	32,93
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60,0	4,69
Хлеб йодированный	30	2,0	0,5	11,0	42,5	1,65
Хлеб ржаной	20	2,0	0,1	10,0	58,5	1,10
Итого	792	18,0	13,8	155,59	793,0	69,18

