



И. Колыбельникова  
2022г.

**Льготное меню (2 недели) Весна-Лето**

**«14» апреля 2022г**

**ЗАВТРАК 4**

Пример пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углеводы		
Зеленый горошек консервированный	60	1,8	2,34	3,78	36	7,39
Пилов из куриного филе	200	15,2	13,0	36,2	333	40,01
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,33
Батон	30	6,516	4,4	19,15	130,14	2,36
Чай с лимоном, с сахаром	200/7/15	0,20	0,03	15,20	60,0	4,77
<b>Итого</b>	<b>522</b>	<b>23,816</b>	<b>28,04</b>	<b>74,39</b>	<b>633,14</b>	<b>61,28</b>

**ОБЕД 4**

Пример пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углеводы		
Суп гороховый	250	6,20	3,60	22,10	167,00	9,97
Рис отварной с маслом	150/10	3,73	6,15	38,55	228,0	11,57
Куриное филе отваренное на пару	50/50	32,13	20,41	1,996	302,40	21,58
Компот из сухофруктов с витаминизированным С	200	0,60	0	31,40	124,00	6,43
Хлеб восточнорусский	40	4,00	0,6	21,0	101	1,98
<b>Итого</b>	<b>750</b>	<b>46,68</b>	<b>32,76</b>	<b>117,24</b>	<b>922,4</b>	<b>51,49</b>

Итого за день  
Завтраком 56,00 руб.  
Обедом 56,004 руб.

Заведующий производством \_\_\_\_\_ А.С. Еремина

