



## Льготное меню (1 неделя) Осень-Зима

«07» декабря 2022г

### 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	50,67
Батон	25	6,536	4,4	19,35	130,14	1,97
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/1 5	0,20	0	15,20	60,0	4,65
<b>Итого</b>	<b>397</b>	<b>26,986</b>	<b>22,36</b>	<b>53,05</b>	<b>512,79</b>	<b>57,29</b>

### ОБЕД 3

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Суп картофельный с рисом на курином бульоне	250/20	2,5	3,00	18,30	113,00	20,10
Капуста тушеная	150	5,8	5,7	34	210,0	15,43
Котлета из куриного филе	100	12,78	15,0	6,66	241,0	35,51
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/1 5	0,20	0	15,20	60,0	4,65
Хлеб пшеничный	30	4,0	0,6	21,0	101,0	1,58
Хлеб ржаной	20	2,0	0,1	10,0	58,5	1,01
<b>Итого</b>	<b>757</b>	<b>27,28</b>	<b>35,72</b>	<b>128,192</b>	<b>783,5</b>	<b>78,28</b>

