



## Льготное меню (1 неделя) Осень-Зима

«08» февраля 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                        | 50,67        |
| Батон                            | 25               | 6,536               | 4,4          | 19,35        | 130,14                        | 1,97         |
| Чай с сахаром, с лимоном         | 200/7/1<br>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<br>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> |

