

Льготное меню (2 неделя) Весна - Лето

«11» мая 2023г.

ЗАВТРАК 4

| Прием пищи, наименование блюда | масса порции, г. | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Цена,руб |
|---|------------------------|---------------------|--------------|--------------|----------------------------------|--------------|
| | | белки | жиры | углеводы | | |
| Нарезка из свежих овощей (огурец, помидор) | 60 | 0,84 | 0,06 | 3,54 | 22,8 | 13,80 |
| Плов из птицы | 200 | 15,2 | 13,0 | 36,2 | 333 | 46,04 |
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 8,3 | 0,06 | 77,0 | 6,70 |
| Батон | 30 | 2,736 | 0,6 | 14,49 | 70,14 | 2,20 |
| Чай с сахаром, с лимоном | 200/7/1 5 | 0,2 | 0 | 15,2 | 60 | 4,69 |
| Итого | 522 | 19,056 | 21,96 | 69,49 | 562,94 | 73,43 |

ОБЕД 4

| Прием пищи, наименование блюда | масса порции, г. | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Цена,руб |
|---|------------------------|---------------------|-------------|--------------|----------------------------------|--------------|
| | | белки | жиры | углеводы | | |
| Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне | 250/20/10 | 2,0 | 5,2 | 13,10 | 106,0 | 25,06 |
| Плов из птицы | 200 | 15,2 | 13,0 | 36,2 | 333 | 46,04 |
| Компот из сухофруктов с витамином С | 200 | 0,6 | 0 | 31,40 | 124,00 | 6,29 |
| Хлеб ржаной | 20 | 2,0 | 0,1 | 10,0 | 58,5 | 1,10 |
| Хлеб йодированный | 30 | 2,0 | 0,5 | 11,0 | 42,5 | 1,65 |
| Итого | 730 | 21,8 | 18,8 | 101,7 | 664 | 80,14 |

