



М Е Н Ю ПЛАТНОЕ

30.09.2022

Пятница1

№	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Ккал	Рецепт.№	Цена
Завтрак								
1	Каша молочная рисовая с маслом, с сахаром	250/10/10	18,28	4,5	5,5	150,1	311	24,78
2	Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,00	96	7,86
3	Булочка с изюмом	100/20	3,42	0,27	23,54	95,37	766	24,41
4	Кофейный напиток на молоке	200	3,8	3,4	25,5	155,2	692	185,75
ИТОГО			25,58	16,47	54,6	477,67		75,8
Обед								
1	Нарезка из свежих овощей (огурец, помидор)	60	0,84	0,06	3,54	22,8		6,93
2	Суп картофельный с бобовыми	1/250	1,8	5,2	16,5	122	139	15,8
3	Плов из куриного филе	200	15,2	13,0	36,2	330,0	492	71,23
4	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	13,4	174		12,60
5	Хлеб пшеничный/ржаной	1/40/20	4	0,6	21	101		75
6	Компот из сухофруктов + вит С	1/200	0,2	-	31,4	124	639	10,06
ИТОГО			27,44	19,86	127,84	918,8		120,37

