

меню  
на 23.12.2024  
нелюготная категория



№ п/п	Наименование блюда	Выход порции и 7-11	Цена порции	пищевая ценность				Выход порции 12-17	Цена порции	пищевая ценность			
				Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	иные, ккал			Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	иные, ккал
<b>Завтрак</b>													
1	каша манная вязкая с маслом	205	23,10 р.	7	4	35	245	255	28,87 р.	12,5	8,8	49	306,1
2	масло сливочное	10	7,97 р.	0	7	0	66	10	7,97 р.	0	7	0	66
3	напиток кофейный	200	7,56 р.	3	2	13	79	200	7,56 р.	3	2	13	79
4	сыр	20	14,20 р.	4	4	0	52	20	14,20 р.	4	4	0	52
5	апельсины	150	27,59 р.	1	1	12	99	145	21,17 р.	0,9	0,8	11,8	51,8
6	Хлеб пшеничный	40	2,58р.	3	0,3	19,3	94	50	3,23р.	3,8	0,4	25	117,5
7													
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>83,00р.</b>	<b>18</b>	<b>18,3</b>	<b>79,3</b>	<b>635</b>		<b>83,00р.</b>	<b>24,2</b>	<b>23</b>	<b>98,8</b>	<b>672,4</b>
<b>обед</b>													
1	винегрет овощной	100	12,78р.	2	6	5	102	115	14,48р.	3,45	11,5	8,05	126,96
2	борщ со свежей капустой с мясом	200	21,95р.	3	5	9	112	250	23,23р.	4,49	8,9	12	146,6
3	плов из говядины	260	80,82р.	20	20	45	619	260	80,82р.	20	20	45	619
4	компот из сухофруктов	200	5,87р.	1	0	20	112						
5	Хлеб пшеничный	40	2,58р.	3	0,3	19,3	94	50	3,23р.	3,8	0,4	25	117,5
6	чай с сахаром							200	2,24р.	0,12	0	12	48,6
7													
8													
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>124,00р.</b>	<b>29</b>	<b>31,3</b>	<b>98,3</b>	<b>1039</b>		<b>124,00р.</b>	<b>31,86</b>	<b>40,8</b>	<b>102,05</b>	<b>1058,66</b>

Составил шеф-повар: *Ю.Н.Перевозчикова*