

МЕНЮ

на 16 ноября 2023 года

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	223,23	Запеканка творожная с соусом молочным (сладким)	170	37,64	431	19,30	30,65	61,40
	гор.напиток	375,01	Чай черный с лимоном	200	8,19	58,6	0,24	0,06	15,22
	хлеб	0,09	Хлеб пшеничный	60	2,07	133,20	4,56	0,48	29,52
	фрукты	28,01	Фрукт порционно /Яблоко 1шт	120-150	11	42,7	0,40	0,40	10,00
	<i>итого</i>			0	58,9	665,5	24,5	31,59	116,14
Обед	закуска	38,26	Салат из св.помидор и огурцов с маслом растит.	60	16,58	28,09	0,34	2,05	1,74
	1 блюдо	83,03	Борщ со свежей капустой и картофелем на бульоне	200	14,95	59,65	1,37	2,12	8,76
	2 блюдо	291,33	Плов с птицей	230	36,12	407,63	16,15	17,02	48,46
	гарнир								
	напиток	407	Сок фруктовый	200	26,00	86,40	0,20	0,30	22,20
	хлеб бел.	5,1	Хлеб ржано-пшеничный	70	2,07	126,70	1,85	0,36	23,94

Приятного аппетита!