

19 октября 2022 г

МЕНЮ

на 19 октября 2022 года

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
3,03	Сыр порционно	15	10,82	36,4	2,32	2,95	0,00
340,19	каша пшенная	200	24,69	258	7,43	8,65	46,90
693	какао	200	18,45	151	4,7	5,15	22,58
0,09	хлеб пшеничный	50	1,44	133,2	4,56	0,48	29,52
	0						
38,13	салат огурцы+помидоры	100	5,01	48,16	0,60	3,14	2,90
*7,033П	с/витаминный	100	3,74	85,00	3,16	4,16	13,00
1184	борщ	250	11,16	74,56	2,34	2,65	10,95
291,17	плов с птицей	100	29,77	617,05	25,79	33,48	56,70
407	сок	180	8,67	86,4	0,2	0,3	22,2
5	хлеб пшеничный	200	1,80	90,5	1,32	0,24	17,10

Приятного аппетита!