

# МЕНЮ

на 20 января 2023 года

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
28,02	фрукт/ апельсин	150	25,45	40	0,9	0,2	8,1
340,19	Омлет	170	29,63	140,3	11,38	8,3	2,89
430	Чай ч с сахаром	200	1,61	58	0,2	0,05	15,01
5,01	Хлеб пшеничный	50	21,80	90,5	1,32	0,24	17,1
72,26	с/свекла с раст.м	100	3,36	87,80	1,58	5,17	8,61
155,35	суп с клецками	250	14,97	170,4	6,30	5,20	23,87
267,9	котлета куриная с овощами	100	29,03	379,32	18,38	17,81	45,46
171,07	гречка	180	15,26	268,12	9,09	8,70	44,73
407	сок	200	8,67	86,4	0	0,3	22,2
5,01	хлеб пшеничный	50	1,80	90,5	1,32	0,24	17,1

*Приятного аппетита!*