

МЕНЮ

на 19 января 2024 года

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	340,19	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	31,34	140,30	11,38	8,30	2,89
	гор.напиток	430	Чай черный с сахаром	200	5,54	58,00	0,20	0,05	15,01
	хлеб	0,09	Хлеб пшеничный	60	2,30	133,20	4,56	0,48	29,52
	фрукты	28,02	Фрукт порционно/Апельсин	120-150	19,72	40,00	0,90	0,20	8,10
	<i>итого</i>								
Обед	закуска	72,22	Винегрет овощной заправленный растительным маслом	60	9,87	52,68	0,95	3,10	5,17
	1 блюдо	140,10	Суп картофельный с клецками на бульоне	200	18,29	156,30	5,10	4,16	19,10
	2 блюдо	267,89	Котлета куриная запеченная с овощами	90	28,58	341,39	16,55	16,03	40,92
	гарнир	1,39	Капуста тушеная белокочаная	150	10,41	100,90	4,14	6,22	12,10
	напиток	407,00	Сок фруктовый	200	26,00	86,40	0,20	0,30	22,20
	хлеб бел.	5,10	Хлеб ржано-пшеничный	70	2,57	126,70	1,85	0,36	23,90

Приятного аппетита!