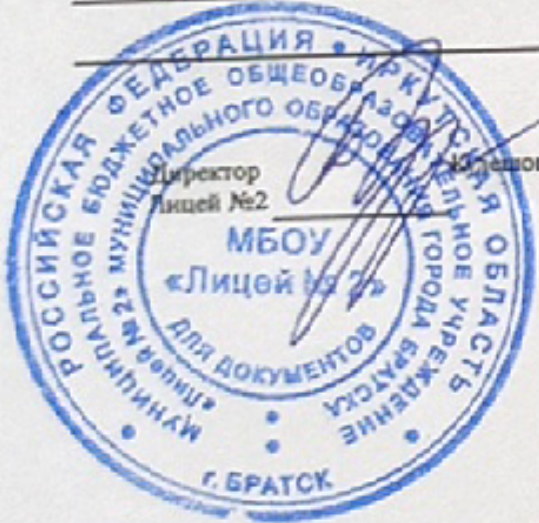


23.10.2023 (12 лет и старше БП, РП, 4пи)

меню (12 лет и старше БП, РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
20	Помидор свежий порционный <small>помидоры св, масло растительное</small>	ККАЛ-4, У-1	7-00
60/50	Гуляш из курицы <small>кури грудка, масло сливочное 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</small>	ККАЛ-139, Б-10, Ж-8, У-3	87-00
180	Капуста тушеная <small>капуста белокочанная свежая, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-87, Б-3, Ж-4, У-9	22-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	5-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	5-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-61, Б-2, У-12	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-436, Б-18, Ж-13, У-55	129-00
<u>обед</u>			
32	Пирожное с фр.начинкой <small>яйцо, мука в/с, сахар-песок, малопоп соевое с/с 8,5%, яблоки свежие, изюм, лимон свежий</small>	ККАЛ-194, Б-6, Ж-4, У-33	15-00
100	Котлета куриная Диетическая <small>кури грудка, творог свежий 9%, лук репка, сухари паниров., масло растительное, манка, яйцо, соль йодированная</small>	ККАЛ-267, Б-12, Ж-15, У-21	77-00
180	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-207, Б-4, Ж-5, У-33	18-00
200/5	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-43, У-11	7-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	7-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, У-13	5-00
Итого за обед		ККАЛ-943, Б-30, Ж-25, У-145	129-00
Итого за день		ККАЛ-1379, Б-48, Ж-38, У-200	258-00



Корсакова Ю.М.

ИП Полякова

Подякова И.Е.

Калькулятор

