

Меню

5 октября

Горячий завтрак (младшие)

	выход	цена	белки	жиры	Угл-ды	ккал
Огурец свежий порционно	30		0.21	0.03	0.57	3.60
Плов с куриными грудками	50/150		19.58	13,54	41.38	363.62
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	10	40
Хлеб пшеничный	30		2.28	0,24	14.76	71
Хлеб ржаной	40		4.46	0.81	26.73	133.65
итого		68-45	18.6	19.64	83.44	611.87

Обед (старшие)

	выход	цена	белки	жиры	Угл-ды	ккал
Огурцы свежие порционно	30		0.21	0.03	0.57	3.6
Плов с куриными грудками (50/200)	250		20.42	15.69	49.96	419.54
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	10	40
Хлеб пшеничный	30		2.28	0,24	14.76	71
Хлеб ржаной	40		4.46	0.81	26.73	133.65
итого		59-90	23,44	22.79	100.02	667.79

Директор

Шеф повар

