

Меню на 18/02/2022

| Меню на 18/02/2022 | | | | | | |
|--------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------|
| Наименование блюда | | | | | | ценность |
| | | | белки | жиры | угл-ды | Ккал |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша рисовая молочная с маслом | 200/5 | 7,00 | 6,35 | 16,00 | 148,00 | |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 1,22 | 1,34 | 11,94 | 65,00 | |
| Бутерброд с сыром, маслом | 30/7/3 | 4,80 | 7,20 | 15,40 | 146,00 | |
| Итого: | 425 | 13,02 | 14,89 | 43,34 | 359,00 | |
| Фрукты свежие | 100 | 0,36 | 0,36 | 22,00 | 92,68 | |
| яблоко | 100 | 0,36 | 0,36 | 22,00 | 92,68 | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат из моркови с яблоками | 50 | 0,37 | 2,00 | 4,30 | 37,00 | |
| Суп-лапша домашняя с курицей | 200/15 | 4,96 | 3,60 | 14,44 | 110,00 | |
| Котлеты "Аппетитные" | 70 | 6,41 | 7,50 | 17,50 | 163,20 | |
| Каша перловая с овощами | 130/4 | 4,90 | 7,50 | 25,00 | 187,00 | |
| Напиток апельсиновый | 180 | 0,27 | 0,1 | 15,0 | 62 | |
| Хлеб сельский | 37,5 | 1,8 | 0,4 | 18 | 82,5 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Кондитерские изделия | 30 | 1,60 | 5,30 | 40,00 | 218,00 | |
| печенье | | | | | | |
| Кефир | 120 | 3,50 | 3,00 | 4,80 | 60,20 | |
| Омлет натуральный | 140 | 8,50 | 8,68 | 13,60 | 167,40 | |
| Хлеб пшеничный 1с | 23 | 1,80 | 0,23 | 11,30 | 54,50 | |
| Чай с сахаром | 180/5 | 0,06 | 0,02 | 4,99 | 20,38 | |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 03EA12AF00F9AAD898E49110C8EFD0884995
Владелец: Ахметшин Илгизар Вадитович
Действителен с 10.12.2021 по 10.12.2022