

Меню на 09/02/2022

Наименование блюд						ценность
			белки	жиры	угл-ды	Ккал
	ЗАВТРАК					
Каша Геркулесовая молочная с маслом	200/5	6,70	7,50	22,00		182,30
Чай с молоком,сахаром	180/5	2,60	2,30	14,30		89,00
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,30	4,50	15,40		111,00
Итого:	425	11,60	14,30	51,70		382,30
Сок	125	1,20	0,00	12,00		49,60
яблочно-абрикосовый						
Итого:	125	1,20	0,00	12,00		49,60
	550	12,80	14,30	63,70		431,90
	ОБЕД					
Икра кабачковая	50	0,95	4,45	7,50		73,85
Свекольник со сметаной	200/6	3,16	5,40	8,14		94,00
Гуляш из индейки	45/45	7,56	7,80	17,06		168,70
Каша гречневая вязкая	130/3	4,90	3,50	21,00		135,10
Компот из замороженных ягод	180	0,27	0,1	15,0		62
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18		82,5
Итого:	696,5	18,64	21,65	86,70		616,15
	ПОЛДНИК					
Вак-балиш	75	7,50	8,00	44,50		280,00
Ряженка	120	4,30	3,00	5,00		64,00
Рагу из овощей	130	2,00	6,00	13,65		117,00
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
Итого:	533	15,66	17,25	79,44		535,88
ВСЕГО:	1779,5	47,10	53,20	229,84		1583,93

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 03EAL2AF00F0A4899BE491105BFD00B64995
Владелец: Ахмедов Илгизар Бахитович
Действителен с 30.12.2021 по 30.12.2022