

утверждаю

Директор

И.В.Рябкова

14 Сентября 2020



Меню для зала

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	ВЫХОД, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		20	15	96	609	
каша манная молочная	180	9,8	9,7	36,5	273	12.31
бутерброд с маслом	20	6,1	4,1	14,5	119	6.41
вафли	20	6,1	4,1	14,5	119	19.11
чай с молоком	200	0,2	4,1	15,0	61	5.43
хлеб ржаной	20	1,3	4,1	6,7	34	1.22
Обед		28,2	31,9	108,4	833,5	
суп "волна" на мясном бульоне	250/75	12,2	5,9	8,5	105	8.03
гречка вязкая отварная	180	13,4	5,9	8,9	106	7.29
бефстроганов из говядины отварной	100/5	12,2	16,9	26	221	34.08
компот из сухофруктов +витамин С	200	0,2	0,2	20,5	85	2.37
Хлеб пшеничный	70	4,0	0,5	19,0	97	1.87
Хлеб ржаной	40	4,0	0,5	19,0	97	2.45
Яблоко	1	5,6	6,4	7,6	110	23.93
Полдник		10,8	12,1	57,1	380,5	
Апельсин	1	5,6	6,4	7,6	110	52,52
итого:		59	59	261	1823	177,02