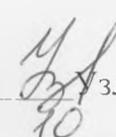


УТВЕРЖДАЮ:  Колмакова О.М

« 27 » 10 2022 год.

Огласовано  Злова Н.А.
« 27 » 10 2022 год.

МЕНЮ В ЗАЛ ПЛ «28» октября 2022г.

Наименование блюда	Химический состав					Цена. руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
Завтрак						
каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	8	8	26	203	17,30
чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	230	0	0	16	63	7,00
хлеб пшеничный витаминизированный	20	2	1	16	78	1,30
хлеб ржаной витаминизированный	20	1	0	9	41	1,10
бутерброд с сыром и маслом	40	6	8	8	126	18,60
яблоко	150	1	0	22	89	33,50
ИТОГО:		18	17	97	600	78,80
Обед						
салат из свежей капусты	80	5	9	1	103	10,40
суп из овощей с курицей, со сметаной	250	6	6	16	144	21,20
гуляш из говядины	100	9	8	3	118	31,80
рис припущенный	150	4	4	30	166	7,60
кисель	200	0	0	22	89	5,30
хлеб пшеничный витаминизированный	40	2	1	16	78	2,60
хлеб ржаной витаминизированный	20	1	0	9	41	1,10
ИТОГО		27	28	97	739	80,00

