



Утверждаю:

" 31 " марта 2022г.

31 марта

| ЗАВТРАК | Выход, г | Цена | калорийнос | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|----------|-------|------------|-------|------|----------|
| Запеканка из творога с молоком сгущеным | 180/,20 | 67,76 | 292 | 18,1 | 12,8 | 26,1 |
| Бутерброд с джемом | 20/,25 | 7,9 | 93 | 1,8 | 0,2 | 21 |
| Чай с сахаром | 200 | 2,36 | 60,8 | 0,2 | 0 | 15 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,98 | 38,9 | 1 | 0,3 | 8,1 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат из моркови с сыром | 60 | 18,94 | 137,1 | 5,5 | 9,5 | 7,4 |
| Суп крестьянский с крупой со сметаной | 250/,5 | 15,83 | 128 | 3,1 | 5,2 | 17,2 |
| Фрикадельки рыбные с маслом | 100/,5 | 41,23 | 160,8 | 12,8 | 8,8 | 7,6 |
| Рис припущенный | 180 | 12 | 196,6 | 4,4 | 4,3 | 35 |
| Сок | 200 | 15,6 | 90 | 0,4 | 0 | 22 |
| хлеб | 60 | 6,00 | 62 | 1 | 0 | 14 |

итого 189,60

Повар-бригадир

Беншелев