



Утверждаю:

" 16 "

января

2023г.

16 ЯНВАРЯ

| ЗАВТРАК | Выход, г | Цена | калорийнос | Белки | Жиры | Углеводы |
|--|----------|-------|------------|-------|------|----------|
| Каша пшеничная с маслом | 200,5 | 37,20 | 193 | 5 | 7 | 28 |
| Кофейный напиток | 200 | 13,90 | 94 | 3 | 3 | 15 |
| хлеб витаминизированный | 40 | 6,00 | 78 | 2 | 6 | 16 |
| Круассан с вареной сгущенкой | 50 | 21,00 | 157 | 2 | 3 | 32 |
| Йогурт | 125 | 29,60 | 39 | 2 | 2 | 5 |
| Обед | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком | 100 | 7,95 | 69 | 1 | 4 | 7 |
| Суп сырный со сметаной | 250,5 | 32,15 | 193 | 8 | 10 | 19 |
| Мясо тушеное | 100 | 56,74 | 145,50 | 10 | 10 | 13 |
| Пюре картофельное | 180 | 18,21 | 147 | 3 | 4 | 23 |
| Компот из свежих плодов | 200 | 13,35 | 83 | 0 | 0 | 21 |
| Хлеб славянский | 60 | 6,00 | 62 | 1 | 0 | 14 |
| Хлеб витаминизированный | 40 | 4,00 | 78 | 2 | 1 | 16 |

Повар-бригадир

итого

246,10

Корнилова