



Утверждаю:

*И.С. Орденко*

" 21 " февраля 2023г.

### 21 ФЕВРАЛЯ

| ЗАВТРАК                       | Выход, г | Цена  | калорийнос | Белки | Жиры | Углеводы |
|-------------------------------|----------|-------|------------|-------|------|----------|
| Гуляш                         | 100      | 67,79 | 117,5      | 9,1   | 7,5  | 3,4      |
| Каша гречневая                | 180      | 20,86 | 285,6      | 3,7   | 7,9  | 50       |
| Какао с молоком               | 200      | 15,05 | 127,2      | 3,4   | 3,2  | 21,2     |
| Хлеб витаминизированный       | 40       | 4,00  | 78         | 2     | 1    | 16       |
| <b>Обед</b>                   |          |       |            |       |      |          |
| Салат картофельный с огурцами | 100      | 19,18 | 85         | 1,6   | 5    | 8,4      |
| Уха "Ростовская"              | 250,/30  | 32,8  | 150,5      | 5,5   | 5,9  | 18,9     |
| Фрикадельки из кур            | 100      | 49,52 | 162,9      | 10,8  | 10,9 | 5,4      |
| Макароны отварные             | 180      | 10,6  | 175,2      | 3,2   | 2,8  | 34,3     |
| Напиток из шиповника          | 200      | 16,3  | 89,8       | 0,2   | 0    | 22,2     |
| Хлеб пшеничный                | 40       | 4     | 81         | 1,9   | 0,4  | 17,5     |
| Хлеб славянский               | 60       | 6     | 116        | 3     | 1    | 24       |

итого 246,10

Повар-бригадир

*Беннишев*