

" 28

сентября 2023г.

Утверждаю:



## МЕНЮ

28 сентября

| ЗАВТРАК                                      | Выход, г | Цена  | калорийнос | Белки | Жиры | Углеводы |
|--|----------|-------|------------|-------|------|----------|
| Запеканка из творога с молоком сгущеным      | 180/,20  | 93,75 | 292        | 18,1  | 12,8 | 26,1     |
| Бутерброд с повидлом                         | 20/,25   | 9,08  | 93         | 1,8   | 0,2  | 21       |
| Чай с сахаром                                | 200      | 2,87  | 60,8       | 0,2   | 0    | 15       |
| Хлеб пшеничный                               | 20       | 2     | 38,9       | 1     | 0,3  | 8,1      |
| ОБЕД   |          |       |            |       |      |          |
| Салат из моркови с сыром                     | 100      | 19,77 | 137,1      | 5,5   | 9,5  | 7,4      |
| Суп крестьянский с мясм и крупой со сметаной | 250/,5   | 35    | 128        | 3,1   | 5,2  | 17,2     |
| Фрикадельки рыбные с маслом                  | 100/,5   | 42,25 | 160,8      | 12,8  | 8,8  | 7,6      |
| Рис припущенный                              | 180      | 14,55 | 196,6      | 4,4   | 4,3  | 35       |
| Сок  | 200      | 16,83 | 90         | 0,4   | 0    | 22       |
| хлеб славянский                              | 40       | 4     | 81         | 1,9   | 0,4  | 17,5     |
| хлеб пшеничный                               | 60       | 6     | 117        | 3     | 1    | 24       |

итого

246,10

Повар-бригадир

Башничева