


 Утверждаю:
 " 01 " марта 2024г.

МЕНЮ

1 Марта

Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть	Цена
Завтрак						
Котлеты из говядины и курицы "Школьные"	120	14,1	10,3	15,2	209,9	54,59
Каша гречневая вязкая отварная	180	2	5,4	29,2	173,4	12,6
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	4
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	2
Йогурт молочный полужирный	125	1,8	1,5	4,5	38,7	22,27
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	2
Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	10,24
<i>итого</i>	705	24,9	22,2	81,7	626	107,7
Обед						
Салат из свежих огурцов	100	0,7	5,1	2,5	58,7	17,22
Суп с макаронными изделиями с курицей	260	7,3	6,1	18,5	158,1	21,5
Печень, тушенная с овощами	120	14	12,9	5,9	195,7	58,43
Картофель толченый, по-деревенски	180	4,9	7,7	33	220,9	21,82
Компот из кураги	200	0,9	0	31,3	128,8	11,43
Хлеб пшеничный	40	2	0,6	16,2	77,8	4
Хлеб "Славянский"	40	1,9	0,4	17,5	81	4
<i>итого</i>	940	31,7	32,8	124,9	921	138,4
всего	1645	56,6	55	206,6	1547	246,1