Утверждаю:

" 22" января 2024г.

# МЕНЮ

| 22 января | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **ЗАВТРАК** | **Выход, г** | **Цена** | **алорийнос** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Бутерброд с маслом с сыром | 20,/5/15 | 26,7 | 83,3 | 5,3 | 3,7 | 7,2 |
| Каша рисовая | 200 | 31,9 | 198 | 6,4 | 7,2 | 27 |
| Кофейный напиток | 200 | 14,48 | 90,9 | 2,3 | 2,5 | 14,8 |
| Яблоко | 180 | 30,62 | 28 | 0 | 1 | 5 |
| Хлеб | 40 | 4 | 65 | 1,7 | 0,4 | 17,5 |
| **ОБЕД** | | | | | | |
| Нарезка из помидоров | 80 | 10,4 | 51 | 0,8 | 4,1 | 2,8 |
| Суп из овощей на мясном бульоне | 250/5 | 14,8 | 128,4 | 4,4 | 5,2 | 16 |
| Запеканка картофельная с мясом отварным, с маслом | 250/5 | 97,2 | 356 | 19 | 22 | 22 |
| сок | 200 | 12 | 90 | 0,4 | 0 | 22 |
| хлеб витаминизированный | 40 | 4,00 | 78 | 2 | 1 | 16 |
| | | 138,4 | | | | |

***итого*** 246,10

**Повар-бригадир**