



Утверждаю:

" 22

февраля

2024г.

## МЕНЮ

22 февраля

| Блюда  | Вес блюда, г | Белки       | Жиры        | Углеводы     | Калорийность  | Цена         |
|--|--------------|-------------|-------------|--------------|---------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>                                 |              |             |             |              |               |              |
| Биточки рубенные из птицы запеченные, с маслом | 105          | 12,6        | 16,5        | 12,4         | 248,5         | 48,87        |
| Рис припущенный                                | 180          | 4,4         | 4,3         | 35           | 196,6         | 14,53        |
| Чай "Витаминный"                               | 200          | 0,7         | 1           | 19,8         | 82,9          | 12,9         |
| Хлеб ржаной                                    | 20           | 0,7         | 0,1         | 9,4          | 41,3          | 2            |
| Булочка "Майская"                              | 60           | 2,3         | 7,4         | 14,5         | 133,8         | 29,4         |
| <b>итого</b>                                   | <b>565</b>   | <b>20,7</b> | <b>29,3</b> | <b>91,1</b>  | <b>703,1</b>  | <b>107,7</b> |
| <b>Обед</b>                                    |              |             |             |              |               |              |
| Овощи  | 100          | 0,8         | 0,1         | 1,6          | 10,6          | 23,6         |
| Суп с крупой, с курицей                        | 260          | 6,5         | 6,4         | 20,1         | 164           | 27,26        |
| Котлета рыбная                                 | 100          | 10,3        | 9,3         | 12,9         | 176,3         | 44,1         |
| Картофель толченый, по-деревенски              | 180          | 4,9         | 7,7         | 33           | 220,9         | 20,12        |
| Компот из свежих плодов                        | 200          | 0,2         | 0           | 20,6         | 83,2          | 13,32        |
| Хлеб пшеничный                                 | 60           | 3           | 0,8         | 24,3         | 116,8         | 6            |
| Хлеб ржаной                                    | 40           | 1,9         | 0,4         | 17,5         | 81            | 4            |
| <b>итого</b>                                   | <b>940</b>   | <b>27,6</b> | <b>24,7</b> | <b>130</b>   | <b>852,8</b>  | <b>138,4</b> |
| <b>всего</b>                                   | <b>1505</b>  | <b>48,3</b> | <b>54</b>   | <b>221,1</b> | <b>1555,9</b> | <b>246,1</b> |