

Утверждаю:
 " 23 " января 2024г.
И.С. Орлова

МЕНЮ

23 января

ЗАВТРАК						
	Выход, г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Нарезка овощная	80	9,67	76	1	4	9
Гуляш	100	67,8	117,5	9,1	7,5	3,4
Каша гречневая	180	10,86	285,6	3,7	7,9	50
Какао с молоком	200	15,37	127,2	3,4	3,2	21,2
Хлеб витаминизированный	40	4,00	78	2	1	16
Обед		107,70				
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

Повар-бригадир

итога 246,10
Беленкова