



Утверждаю:

Г.В.Федотова

" 28 "

февраля 2024г.

МЕНЮ

28 Февраля 2024г.

| Блюда | Вес блюда, г | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | Цена |
|-----------------------------------|--------------|-------|------|----------|--------------|-------|
| Завтрак | | | | | | |
| Рыба, запеченая с яйцом | 100 | 14,4 | 9,9 | 9,1 | 183,1 | 48,07 |
| Пюре картофельное | 180 | 3,9 | 5,9 | 26,7 | 175,5 | 20,21 |
| Сок мультифрукт | 200 | 0,5 | 0 | 34 | 138 | 14,13 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | 2 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1 | 0,3 | 8,1 | 38,9 | 2 |
| Огурцы свежие | 100 | 0,7 | 0,1 | 1,9 | 11,3 | 21,29 |
| <i>итого</i> | 620 | 21,2 | 16,3 | 89,2 | 588,1 | 107,7 |
| Обед | | | | | | |
| Салат картофельный с кукурузой | 100 | 3,5 | 6,4 | 9,8 | 110,8 | 17,7 |
| Суп-харчо с мясом | 260 | 7,4 | 5,5 | 22 | 167,1 | 30,7 |
| Мясо, тушенное с капустой | 250 | 12,9 | 22,5 | 23 | 346,1 | 67,62 |
| Компот из свежих плодов | 200 | 0,2 | 0 | 20,6 | 83,2 | 12,38 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 60 | 3 | 0,8 | 24,3 | 116,8 | 6 |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,9 | 0,4 | 17,5 | 81 | 4 |
| <i>итого</i> | 910 | 28,9 | 35,6 | 117,2 | 905 | 138,4 |
| <i>всего</i> | 1530 | 50,1 | 51,9 | 206,4 | 1493,1 | 246,1 |