

" 16 "



Утверждаю:

О.И. Колобова

октября

2024г.

## МЕНЮ

16 октября

Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть	Цена
<b>Завтрак</b>						
Суфле рыбное	120	17,1	12	5,2	197,2	49,6
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	175,5	18,39
Сок фруктовый	200	0,5	0	34	138	16,83
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	2
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	2
Огурцы консервированные, без уксуса	80	0,7	0,1	1,3	9	18,88
<b>итого</b>	<b>620</b>	<b>23,9</b>	<b>18,4</b>	<b>84,7</b>	<b>599,9</b>	<b>107,7</b>
<b>Обед</b>						
Икра кабачковая	100	1,4	4,5	5,5	68,1	11,65
Борщ "Украинский" с мясом, со сметаной	265	4,9	5,9	19,7	151,5	28,5
Бефстроганов из говядины	100	12,5	10,9	5,6	170,6	53,67
Рис припущенный с овощами "Мозайка"	180	3,2	7,7	37,9	233,7	25,58
Компот из ягод	200	0,5	0,2	28,1	116,2	9
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	3	0,8	24,3	116,8	6
Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81	4
<b>итого</b>	<b>945</b>	<b>27,4</b>	<b>30,4</b>	<b>138,6</b>	<b>937,9</b>	<b>138,4</b>
<b>всего</b>	<b>1565</b>	<b>51,3</b>	<b>48,8</b>	<b>223,3</b>	<b>1537,8</b>	<b>246,1</b>