

02.12.2024г

МЕНЮ
02 ДЕКАБРЯ 2024 г.
073 ГОДА ДО ПЛЕТ

Продукты, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	количество	рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Цена: 179 руб.							
Завтрак							
КАША МАШИНА МОЛОЧНАЯ ЖЕЛТАЯ С ТЕРТОМ КОРНЕЛЫ	180	1,2	0	0	10,1	197	
МАСЛО КОРИЧИНЕ	7	0,1	8,3	0,1	75,4	6	
САХАР	30	1,3	0,0	13,4	79,0		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	12,9	55,2	412	
Итого за завтрак	417	2,8	8,4	26,4	320,7		
Ланч							
СЫР	150	4,1	0	22,1	107,1	159	
Обед							
САЛАТ ИВАН-ЧАЙ	50	0,7	2	10,4	43,5	13	
СУП ЧИПЦАНОВСКИЙ С КУРИЦЕЙ И КУРОЧКА РИБА	180	4,3	0	8,5	145,0	86	
МЯСО С МЯСОМ СТАРИК ХИГГАРИ	200	3,9	9	22,0	152,2	219	
КРОШ ПИВНИЧЬИЙ	20	1,5	0,0	10,3	52,4		
САЛАТ РЖАНО	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
КОМПОТ ИЗ СУПЕВЫХ ФРУКТОВ МОЛОДЦОВСКОЕ ЯБЛОКО	200	0	0	9,9	38,7	394	
Итого за обед	670	10,5	11,2	79	473,3		
Ужин							
САЛАТ ИЗ ТВОРОГА	120	3,3	3	22,6	132,2	219	
СУПЦЕННОЕ МОЛОКО	10	2,0	2,2	0,2	31,5	227	
МЯСОКО	100	0,2	0,1	13,5	55,2		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОН	200	0,3	0,1	13,5	55,2	411	
КРЕМ ШИШЕЧНИК	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за ужин	450	5,3	6,1	60,1	326,5		
Всего за день		35,2	35,2	181,2	1170,3		

