

## МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u><b>Завтрак</b></u>			
40	<i>Яйца вареные</i>	Калорийность (ЭЦ)-62,8, Белки-5,08 Жиры-4,6	7-00
200	<i>Каша пшеничная жидкая молочная</i>	Калорийность (ЭЦ)-159, Белки-9,8, Жиры-11,4, Углеводы-63,4	7-74
180	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность (ЭЦ)-52, Углеводы-13,47	1-46
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность (ЭЦ)-47, Белки-1,52, Углеводы-9,84	0-72
15	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность (ЭЦ)-56,3. Белки-3,56, Жиры-4,56	9-35
10	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность (ЭЦ)-23,5, Белки-0,76, Углеводы-4,92	0-33
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность (ЭЦ)-645,8 Белки-20,72 Жиры-20,8. Углеводы-91,91	<b>26-60</b>
<u><b>Завтрак 2</b></u>			
100	<i>Клубника</i>	Калорийность (ЭЦ)-41, Белки-1, Углеводы-8	18-00
32	<i>Рожок вафельный</i>	Калорийность (ЭЦ)-179, Белки-7,3, Жиры-9,55, Углеводы-17,52	14-08
180	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность (ЭЦ)-58,1, Углеводы-14,97	1-46
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Калорийность (ЭЦ)-258, Белки-7,48, Жиры-9,73, Углеводы-36,85	<b>33-54</b>
<u><b>Обед</b></u>			
250	<i>Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне</i>	Калорийность (ЭЦ)-363,5, Белки-6,25 Жиры-14,25, Углеводы-86,5	7-72
80	<i>Котлеты куриные из фарша</i>	Калорийность (ЭЦ)-171,2. Белки-3,01 Жиры-10,82, Углеводы-15,43	24-83
200	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	Калорийность (ЭЦ)-95,6, Белки-0,94. Углеводы-22,65	6-75
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность (ЭЦ)-47, Белки-1,52, Углеводы-9,84	0-72
10	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность (ЭЦ)-23,5, Белки-4,92, Углеводы-4,92	0-33
150	<i>Рис отварной</i>	Калорийность (ЭЦ)-138, Белки-2,25 Жиры-3, Углеводы-23,55	11-12
50	<i>Салат из белокачанной капусты и зеленого горошка</i>	Калорийность (ЭЦ)-66,9 Белки-2,13. Жиры-2,48. Углеводы-13,67	3-16
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность (ЭЦ)-905,7, Белки-16,86, Жиры-30,84, Углеводы-176,56	<b>54-63</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность (ЭЦ)-1 809,5, Белки-45,06, Жиры-61,37, Углеводы-305,32	<b>114-77</b>

Директор

