

**МЕНЮ**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
150	<i>Макаронные изделия отварные</i>	Калорийность (ЭЦ)-402, Белки-11,95, Жиры-9,25, Углеводы-63,35	8.23
50	<i>Сосиски отварные</i>	Калорийность (ЭЦ)-118, Белки-5,41, Жиры-10,45	16.64
180	<i>Кисель</i>	Калорийность (ЭЦ)-54, Углеводы-13,42	3.87
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность (ЭЦ)-47, Белки-2, Углеводы-10	0-72
10	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность (ЭЦ)-24, Белки-1, Углеводы-5	0.33
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность (ЭЦ)-643,5, Белки-19,69, Жиры-19,94, Углеводы-91,77	<b>29.79</b>
<u>Завтрак 2</u>			
180	<i>Сок</i>	Калорийность (ЭЦ)-50, Углеводы-11	10.08
35	<i>Печенье</i>	Калорийность (ЭЦ)-208, Белки-8, Жиры-10,51, Углеводы-24	3.48
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Калорийность (ЭЦ)-258, Белки-8,13, Жиры-10,61, Углеводы-35	<b>13.56</b>
<u>Обед</u>			
250	<i>Борщ с капустой и картофелем на бульоне</i>	Калорийность (ЭЦ)-328, Белки-12, Жиры-15,25, Углеводы-33,75	12.34
100	<i>Гуляш из говядины</i>	Калорийность (ЭЦ)-87, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-2	45.03
180	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность (ЭЦ)-52, Углеводы-13	1.46
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность (ЭЦ)-47, Белки-2, Углеводы-10	0-71
10	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность (ЭЦ)-24, Белки-1, Углеводы-5	0.33
150	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	Калорийность (ЭЦ)-260, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-34	9.20
50	<i>Салат из свеклы с черносливом</i>	Калорийность (ЭЦ)-106, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-26,49	5-70
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность (ЭЦ)-903,5, Белки-34, Жиры-3,92, Углеводы-125,23	<b>74-77</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность (ЭЦ)-1805, Белки-61,72, Жиры-61,47, Углеводы-252,24	<b>118.12</b>

Директор

Фарухов

