

МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
150	Вермишель со сливочным маслом	Калорийность (ЭЦ)-113, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-49	9-03
200	Какао с молоком	Калорийность (ЭЦ)-136, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-14	14-60
100	Йогурт	Калорийность (ЭЦ)-63, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9	13-75
100	Филе птицы, тушенное в сливочном соусе	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-3	21-33
30	Хлеб пшеничный	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-2, Углеводы-15	1-06
10	Масло сливочное порциями	Калорийность (ЭЦ)-66, Жиры-7	5-95
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-590, Белки-21, Жиры-21, Углеводы-90	65-72
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-590, Белки-21,	65-72

Директор

Фарухова. О. Ч.



МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
80	<i>Котлеты куриные из фарша</i>	Калорийность (ЭЦ)-171, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-15	22-66
150	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	Калорийность (ЭЦ)-260, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-24	9-12
180	<i>Сок</i>	Калорийность (ЭЦ)-50, Углеводы-11	9-78
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-2, Углеводы-15	1-06
20	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность (ЭЦ)-75, Белки-5, Жиры-6	9-34
200	<i>Банан</i>	Калорийность (ЭЦ)-96, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	13-74
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-588, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-86	70-70
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-588, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-86	65-70

Директор _____

Фарухова С. _____



МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	<i>Каша рисовая на молоке</i>	Калорийность (ЭЦ)-255, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-42	25-48
20	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность (ЭЦ)-75, Белки-5, Жиры-6	9-34
200	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность (ЭЦ)-58, Углеводы-15	1-47
150	<i>Мандарин</i>	Калорийность (ЭЦ)-57, Белки-1, Углеводы-11	14-21
40	<i>Яйца вареные</i>	Калорийность (ЭЦ)-63, Белки-5, Жиры-5	8-10
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-2, Углеводы-15	1-06
1	<i>Витаминно-минеральный комплекс</i>		4-85
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-578, Белки-17, Жиры-19, Углеводы-83	64-51
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-578, Белки-17, Жиры-19, Углеводы-83	64-51

Директор

Фарухов

