

Утверждаю
 Директор _____ Ф.А. Тимажева

Меню на 20.06.2023

ЗАВТРАК	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность (ккал)
1. Каша пшениная молочная вязкая с маслом сливочным	200/5	6,41	7,52	30,55	215,99
2. Хлеб пшеничный	30	2,22	0,88	15,47	75,0
3. Кофейный напиток с молоком	200	2,51	2,75	22,53	121,64
4. Печенье	25	25	1,85	2,5	57,0
5. Апельсин	180	1,35		12,6	57,0
ИТОГО	635/5	18,29	20,16	96,55	633,33
ОБЕД					
1. Суп вермишелевый с курицей	200/25	6,89	3,95	16,72	127,37
2. Гуляш мясной	75	19,72	17,89	4,76	168,20
3. Горох	200	4,28	4,34	40,15	207,75
4. Салат из свежей помидоры с растительным маслом	100	1,12	9,99	2,16	101,10
5. Чай с сахаром	200	0,2	-----	15,04	57,19
6. Хлеб ржаной	60	3,54	0,66	26,7	130,2
ИТОГО	860/25	31,35	19,5	134,75	890,97
ВСЕГО	1495/40	49,64	39,66	231,3	1524,03