

Меню

12 июля 2024 г

День 10



№ блюда	Наименование блюда	Выход, г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн/цен ккал	Цена
<b>Завтрак</b>							
209	Яйцо варёное	45	13,02	12,95	40,23	458,47	16,00
Пр	Икра кабачковая	80	4,08	3,54	17,58	118,60	16,12
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,49	0,29	12,53	61,30	1,98
377	Чай с сахаром	200/15	0,60	0,60	14,70	70,50	2,25
422	Булочка ванильная	50	3,47	9,32	17,24	156,00	12,50
	<b>Итого</b>	<b>410</b>	<b>22,66</b>	<b>26,70</b>	<b>102,28</b>	<b>864,87</b>	<b>48,85</b>
<b>Обед</b>							
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,69	9,60	27,45	178,12	10,56
279	Тефтели 2-й вариант	90	12,70	9,29	9,44	142,00	54,43
528	Соус красный основной	30	0,89	0,10	31,98	132,78	1,02
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	6,60	5,73	37,88	229,50	13,69
349	Компот из яблок свежих	200	0,24	0,14	27,84	115,00	8,96
ПР	Хлеб обогащенный	20	2,10	0,26	12,88	62,40	2,24
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,49	0,29	12,53	61,30	2,88
	<b>Итого</b>	<b>31,71</b>	<b>25,41</b>	<b>160</b>	<b>921,1</b>	<b>93,78</b>	
	<b>Всего</b>	<b>54,37</b>	<b>52,11</b>	<b>262,28</b>	<b>1785,97</b>	<b>142,63</b>	

Индивидуальный предприниматель

А.Н.Переседов



Меню

12 июля 2024 г

День 10

№ блюда	Наименование блюда	Выход, г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн/цен ккал	Цена
<b>Завтрак</b>							
209	Яйцо варёное	45	13,02	12,95	40,23	458,47	16,00
Пр	Икра кабачковая	80	4,08	3,54	17,58	118,60	16,12
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,49	0,29	12,53	61,30	1,98
377	Чай с сахаром	200/15	0,60	0,60	14,70	70,50	2,25
422	Булочка ванильная	50	3,47	9,32	17,24	156,00	12,50
	<b>Итого</b>	<b>410</b>	<b>22,66</b>	<b>26,70</b>	<b>102,28</b>	<b>864,87</b>	<b>48,85</b>
<b>Обед</b>							
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,69	9,60	27,45	178,12	10,56
279	Тефтели 2-й вариант	90	12,70	9,29	9,44	142,00	54,43
528	Соус красный основной	30	0,89	0,10	31,98	132,78	1,02
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	6,60	5,73	37,88	229,50	13,69
349	Компот из яблок свежих	200	0,24	0,14	27,84	115,00	8,96
ПР	Хлеб обогащенный	20	2,10	0,26	12,88	62,40	2,24
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,49	0,29	12,53	61,30	2,88
	<b>Итого</b>	<b>31,71</b>	<b>25,41</b>	<b>160</b>	<b>921,1</b>	<b>93,78</b>	
	<b>Всего</b>	<b>54,37</b>	<b>52,11</b>	<b>262,28</b>	<b>1785,97</b>	<b>142,63</b>	

Индивидуальный предприниматель

А.Н.Переседов

