

Утверждаю:

Женя
"19" марта 2025 г.
Иван Мясной



с 12 лет и старше

| Наименование блюда | Химический состав | | | | | цена, руб |
|---|-------------------|-----------|-----------|------------|-------------|---------------|
| | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал | |
| Завтрак | | | | | | |
| Бутерброд с джемом или повидлом | 20/20 | 1,8 | 0,3 | 26,4 | 116 | 13,50 |
| Каша манная жидкая | 200 | 5,1 | 7,1 | 28,0 | 196 | 30,62 |
| Кофейный напиток | 200 | 3,2 | 2,7 | 15,9 | 101 | 19,30 |
| Фрукт в ассортименте | 150 | 0,4 | 0,4 | 28 | 117 | 25,00 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,5 | 0,3 | 7,6 | 35,0 | 2,50 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной | 250/15/5 | 4,4 | 5,9 | 10,5 | 113,0 | 47,48 |
| Плов из птицы | 250 | 16,1 | 15,3 | 41,8 | 369,0 | 75,15 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,5 | 0,0 | 15,2 | 63,0 | 6,70 |
| Салат из капусты белокочанной | 100 | 2,0 | 5,1 | 8,5 | 88,0 | 19,55 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 0,8 | 0,4 | 17,6 | 79,0 | 3,80 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,5 | 0,3 | 7,6 | 34,0 | 2,50 |
| | | | | | | |
| ИТОГО: | | 35 | 38 | 207 | 1310 | 246,10 |

Повар-бригадир *Иван Мясной*