



№



# МЕНЮ

24 января 2025г.

Вариант 10	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	№ по сборнику рецептов	Цена руб
<b>ЗАВТРАК</b>							
Каша жидкая молочная манная	200/5	8,4	4,8	30,8	183,3	185/2011	
Чай с сахаром	200	0,1	0	9,8	39,4	392/2011	
Масло порция № 6	10	0	7,2	0	74,8	6/2011	
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	12,3	62,5	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>445</b>	<b>10,8</b>	<b>12,2</b>	<b>52,9</b>	<b>360</b>		
<b>ОБЕД</b>							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, помидор или огурец соленый, свекла или морковь отварная)	50	0,3	0,1	4,3	20,4	ТТК № 1,2,3,4,5	
Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,5	5,3	9,2	71,6	67/2011	
Плов из птицы № 304	200	12,7	13,7	29,6	353,7	304/2011	
Компот из сушеных фруктов № 376	180	0	0	11,5	55,8	376/2011	
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	12,3	62,5	ТТК № 6	
Хлеб ржаной	30	2	0,3	11,9	61,2	ТТК № 7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>670</b>	<b>18,8</b>	<b>19,6</b>	<b>78,8</b>	<b>625,2</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>							
Кондитерское изделие (пряник, вафли, печенье)	50	2,2	4,4	22,1	163,2	ТТК №8, 9,10	
Чай с лимоном № 393	200	0,2	0	10	41,7	393/2011	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>2,4</b>	<b>4,4</b>	<b>32,1</b>	<b>204,9</b>		114-70
<b>Всего за день:</b>		<b>32</b>	<b>36,2</b>	<b>163,8</b>	<b>1190,1</b>		

Зав. производством:

Экономист по ценам