

# МЕНЮ

Директор:

«Утверждаю»

Д.А. Турхан



Наименование блюда	номер по СР	выход (гр)	Пищевая ценность				Цена
			Белки	Жиры	Углевод ы	Калл	
<b>14 ноябрь</b>							
<b>завтрак</b>							
Каша молочная гречневая с маслом	183	250\5	7,5	8,5	36,5	252,5	7,8
Кофейный напиток	379	200	3,6	2,67	29,2	155,2	5,0
Хлеб пшеничный		60	3,16	0,4	19,32	93,52	3,2
<b>итого:</b>			<b>14,26</b>	<b>11,57</b>	<b>85,02</b>	<b>501,22</b>	<b>16,0</b>
<b>обед</b>							
Салат из свежей капусты	54	120	1,31	5,16	12,11	100,11	7,6
Щи из св. капусты	88	300	2,16	5,97	9,75	101,37	16,7
Котлеты рыбные	234	110	14,71	4,81	10,31	143,41	29,9
Макароны отварные	309	200	6,8	10	38	269,2	8,0
Чай с лимоном	376	200\5	0,07	0,02	15	60	4,6
Хлеб ржано-пшеничный		60	3,36	0,66	29,64	137,94	3,3
<b>итого:</b>			<b>28,41</b>	<b>26,62</b>	<b>114,41</b>	<b>812,03</b>	<b>70,0</b>
<b>Всего:</b>			<b>42,67</b>	<b>38,19</b>	<b>199,43</b>	<b>1313,25</b>	<b>86,0</b>