

# МЕНЮ

Директор: Д.А. Турхан



Наименование блюда	номер по СР	выход (гр)	Пищевая ценность				Цена
			Белки	Жиры	Углевод ы	Калл	
<b>20 ЯНВАРЬ</b>							
<b>завтрак</b>							
Пудинг из творога	222	250	27,8	19,2	40,2	444,8	8,8
Чай с сахаром	377	200	0.13	0.02	15,2	62	4,0
Хлеб пшеничный		60	3,16	0,4	19,32	93,52	3,2
<b>итого:</b>			<b>31,09</b>	<b>19.62</b>	<b>74,72</b>	<b>600,3</b>	<b>16,0</b>
<b>обед</b>							
Салат из свежей капусты	66	120	1,72	1.41	16.72	86,41	7,6
Суп с рыбными консервами	102	300	2.19	5,88	14,1	118,08	13,0
Колеты из птицы	295	110	15.2	13,6	13,5	237.2	30,0
Каша гречневая	312	200	4,1	3.1	25,5	146,3	10,0
Чай с сахаром	376	200	1.16	0,3	47,26	196,38	4,0
Хлеб ржаной-пшеничный		60	3,36	0,66	29,64	137,94	3,2
<b>итого:</b>			<b>27.73</b>	<b>24,95</b>	<b>146,72</b>	<b>922,19</b>	<b>70,0</b>
<b>Всего:</b>			<b>58,82</b>	<b>44,57</b>	<b>221,44</b>	<b>1522,49</b>	<b>86,0</b>