

## МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
180	<b>Сок</b>	Калорийность (ЭЦ)-50, Углеводы-11	<b>9-78</b>
10	<b>Масло сливочное порциями</b>	Калорийность (ЭЦ)-66, Жиры-7	<b>5-92</b>
40	<b>Яйца вареные</b>	Калорийность (ЭЦ)-63, Белки-5, Жиры-5	<b>8-10</b>
100	<b>Тефтели куриные с соусом собственного производства</b>	Калорийность (ЭЦ)-51, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	<b>25-45</b>
150	<b>Каша пшеничная рассыпчатая</b>	Калорийность (ЭЦ)-221, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-35	<b>7-00</b>
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-2, Углеводы-15	<b>1-06</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность (ЭЦ)-521, Белки-17, Жиры-23, Углеводы-64	<b>57-31</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность (ЭЦ)-521, Белки-17, Жиры-23, Углеводы-64	<b>57-31</b>

Директор

Фарухова О.Ч



**МЕНЮ**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
100	<b>Филе птицы, тушенное в сливочном соусе</b>	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-15, Жиры-9, Углеводы-3	<b>39-69</b>
150	<b>Рис отварной</b>	Калорийность (ЭЦ)-138, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-24	<b>8-36</b>
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Калорийность (ЭЦ)-106, Белки-1, Углеводы-25	<b>8-07</b>
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-2, Углеводы-15	<b>1-06</b>
20	<b>Сыр порциями</b>	Калорийность (ЭЦ)-75, Белки-5, Жиры-6	<b>9-24</b>
1	<b>Витаминно-минеральный комплекс</b>		<b>4-85</b>
200	<b>Банан</b>	Калорийность (ЭЦ)-96, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	<b>19-22</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность (ЭЦ)-627, Белки-27, Жиры-19, Углеводы-87	<b>90-49</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность (ЭЦ)-627, Белки-27, Жиры-19, Углеводы-87	<b>90-49</b>

Директор

Фарухова.О.Ч

