



МЕНЮ

14.06.2023 среда

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
	424	11,10	16,79	56,95	0,89		
Блины с творогом и сметаной	224	6,09	6,08	36,25	0,79	200	15,80
Сметана	39	0,06	0,03	9,47	0,03	180	10,26
Творог (жирность 10%)	66	0,08	7,25	0,13		5	4,45
Сметана	36	2,32	2,95		0,07	10	
Углеводы простые	59	2,55	0,48	11,10		30	13,50
Сумма:	626	21,54	14,98	100,66	19,33		
Пюре картофельное с крупой пшеничной	95	2,17	2,34	10,39	13,20	180	8,74
Картофель	113	7,14	5,71	8,13	0,13	70	7,07
Картофель отварной	245	7,48	6,08	40,25		130	11,53
Картофель	10	0,48	0,06	1,56	6,00	60	8,76
Пюре из фруктов	58			14,37		180	10,26
Углеводы простые	59	2,55	0,48	11,10		30	13,50
Углеводы простые	46	1,72	0,31	8,86		26	1,29
Сумма:	534	12,12	7,04	105,50	11,73		
Пюре картофельное	338	7,45	5,86	68,54	0,43	90	11,15
Картофель	95	1,50	0,50	21,00	10,00	100	12,00
Пюре картофельное с молоком	101	3,17	2,68	15,96	1,30	180	17,70
Итого за день:	1 584	44,76	38,81	263,11	31,95		176,66

(подпись)

(подпись)

(подпись)