

МЕНЮ

Понедельник (1 неделя) 29.05.2023.

Завтрак:

1. Каша рисовая молочная жидкая, масло сливочное – 200/10 гр. (белки – 3,02; жиры – 2,13; углеводы – 24,19; энерг. Цен. – 126,84 ккал; цена – 23,44 р.)
2. Чай с сахаром- 200 гр.(углеводы-14; энерг.цен.-28;цена-4,0 р.)
3. Хлеб пшеничный-40гр. (белки –4; жиры – 8,5; углеводы – 23,7; энерг. цен. – 188,8 ккал; цена – 4 р.)
4. Сосиска молочная отварная 1шт.-50 гр. (белки – 10; жиры – 13; углеводы – 3; энерг. цен. – 230 ккал; цена – 23,52 р.)
5. Масло сливочное – 10гр. (белки –4,64; жиры – 5,9; энерг. цен. – 72,8 ккал; цена – 8,26 р.)
6. Сыр порционный -10 гр.(белки –3,3; жиры – 4,2;углеводы-0,5; энерг. цен. – 51,86 ккал; цена – 8,32 р.)

Итого: 71,54 руб.

Обед:

1. Икра кабачковая – 50 гр. (жиры – 2,27; углеводы – 13,71; энерг. цен. – 83,8 ккал; цена – 9,64 р.)
2. Сосиски отварные 1шт. – 50 гр. (белки – 10; жиры – 13; углеводы – 3; энерг. цен. – 230 ккал; цена – 23,52 р.)
3. Рис отварной масло сл-150гр.(белки – 0,04; углеводы – 26,45; энерг. цен. – 168,45 ккал; цена – 17,86 р.)
4. Компот из свежих фруктов – 200 гр. (белки – 7,01; жиры – 8,09; углеводы – 28,39; энерг. Цен. – 213 ккал; цена – 8,2 р.)
5. Хлеб пшеничный-40гр. (белки –4; жиры – 8,5; углеводы – 23,7; энерг. цен. – 188,8 ккал; цена – 4 р.)
6. Сыр порционный-10гр. (белки – 3,3; жиры – 4,2; углеводы –0,5; энерг. цен. – 51,86 ккал; цена – 8,32 р.)

Итого: 71,54 руб.