

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ



Завтрак

| Наименование | Выход (граммы) | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | Цена |
|-----------------------|-------------------|-------|------|----------|------|-------|
| Каша пшеничная жидкая | 200 | 7 | 6 | 20 | 169 | 24.31 |
| Чай с лимоном | 200 | 0 | 0 | 13 | 54 | 2.54 |
| Бутерброд с сыром | 46 | 6 | 4 | 15 | 122 | 13.14 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| ИТОГО | | | | | | 39.99 |

Обед

| Наименование | Выход (граммы) | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | Цена |
|--|-------------------|-------|------|----------|------|--------|
| Нарезка из свежих овощей с маслом растительным | 80 | 0 | 4 | 2 | 49 | 7.51 |
| Рассольник "Ленинградский" | 265 | 5 | 6 | 14 | 134 | 36.57 |
| Рыба запеченная | 90 | 13 | 10 | 3 | 158 | 23.82 |
| Рис припущенный | 150 | 3 | 4 | 25 | 148 | 16.92 |
| Сок | 200 | 0 | 0 | 34 | 138 | 16.00 |
| Хлеб "Свежий" | 40 | 0 | 0 | 17 | 77 | 3.44 |
| Хлеб "Дарницкий" | 40 | 0 | 0 | 11 | 51 | 3.44 |
| | | | | | | |
| ИТОГО | | | | | | 107,70 |

12.02