

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Икра кабачковая		60	5,00	80
Курица тушенная в соусе		50/50	2,90	162
Каша гречневая рассыпчатая		150	39,86	281
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Итого:	85,00		78,77	664
Обед				
Суп картофельный с клецками		200	15,03	106
Оладьи из печени(г) с соусом сметанным		100	8,50	190
Пюре картофельное		150	20,40	137
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		40	20,00	100
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	110,17		107,90	725
Полдник				
Булочка дорожная (ш)		100	42,14	321
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Итого:	37,83		69,66	433
Весь рацион питания:	233,00		256,33	1822

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
104,46	63,38	256,33

Витамины в миллиграммах

B1	B2	C	A	E
0,88	1,47	127,61	140,44	1,14

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca	P	Mg	Fe
242,79	695,49	289,20	19,39

Директор

Зав. производства



(Михалев А. И.)

Алферова А.

ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР