

Пример меню

Директор



В.А. Браганца

МЕНЮ 3 октября

ЗАВТРАК	МАССА ПОРЦИИ		ЭН.ЦЕННОСТЬ	
Каша вязкая на молоке (из хлопьев овсяных)	210	210	342	342
Сыр порциями (российский)	20	20	72	72
Масло сливочное	10	10	66	66
Кофейный напиток с молоком	200	200	100,6	100,6
Хлеб пшеничный	40	40	93,52	93,52
ИТОГО за завтрак			674,12	674,12
ОБЕД				
Овощи свежие натуральные(огурцы)	60	100	7,2	7,2
Фрукт свежий(яблоко)	100	100	47	47
Суп картофельный с бобовыми(фасоль)	250	250	148,25	148,25
Мясо отварное,говядина(в суп)	10	10	14,8	14,8
Плов из курицы	250	100	381	381
Напиток из плодов шиповника	200	180	88,20	88,20
Хлеб пшеничный	20	200	46,76	46,76
Хлеб ржано-пшеничный	40	20	91,96	114,95
ИТОГО за обед		50	825,17	848,16
Полдник				
Кисель из концентрата	200	200	110,4	110,4
Печенье Юбилейное	26	26	105,82	105,82
ИТОГО за полдник			216,22	216,22
ИТОГО за день			1715,51	1761,88