

Меню

Меню с 24 по 29 апреля 2023 г.

Наименование блюд

Стоим
Выход ость Белки Жиры ды Ккал

ПОНЕДЕЛЬНИК (24.04.2023)

КОМПЛЕКС 1

Макароны отварные (с мас.растит.)	150	5,60	5,07	35,90	212
Чай с сахаром,лимоном	200/8/5	0,1	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
Итого:	8,80	6,41	5,23	50,80	280

ВТОРНИК (25.04.2023)

КОМПЛЕКС 1

Капа пшённая вязкая	150	4,23	5,01	24,24	159
Чай с сахаром	200/8	0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Итого:	8,80	5,25	5,22	41,23	235

СРЕДА (26.04.2023)

КОМПЛЕКС 1

Капа полбяная вязкая	150	3,64	4,61	19,4	134
Чай с сахаром	200/8	0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Итого:	8,80	4,66	4,82	36,38	210

ЧЕТВЕРГ (27.04.2023)

КОМПЛЕКС 1

Капа Геркулесовая вязкая	150	4	5,8	20	148
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,1	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Итого:	8,80	5,06	6,01	37,15	227

ПЯТНИЦА (28.04.2023)

КОМПЛЕКС 1

Спагетти отварные (с мас.растит.)	150	5,60	5,07	35,90	212
Чай с сахаром,лимоном	200/8/5	0,1	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
Итого:	8,80	6,41	5,23	50,80	280

СУББОТА (29.04.2023)

КОМПЛЕКС 1

Капа гречневая вязкая	140	3,27	4,33	20,56	134
Чай с сахаром	200/8.	0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
Итого:	8,80	4,04	4,49	35,3	199

