

28.02.2023

ООО "ПРЕСТИЖ"



(11-18 (10 дней))

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	<u>Завтрак</u>	
220	Жаркое по-домашнему (филе птицы)	Калорийность-344, Белки-27, Жиры-15, Углеводы-18
120	Яблоко	Калорийность-35, Углеводы-8
200/10	Чай с сахаром	Калорийность-63, Углеводы-16
70	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	Калорийность-160, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-32
	<b>Итого за Завтрак</b>	Калорийность-602, Белки-33, Жиры-16, Углеводы-74
	<u>Обед</u>	
250	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	Калорийность-99, Белки-3, Углеводы-20
200	Рагу из овощей с мясом	Калорийность-144, Белки-15, Жиры-6, Углеводы-20
200	Кисель витаминизированный из концентрата промышленного производства	Калорийность-55, Углеводы-14
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	Калорийность-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18
	<b>Итого за Обед</b>	Калорийность-488, Белки-24, Жиры-8, Углеводы-92
	<b>Итого за день</b>	Калорийность-1 090, Белки-57, Жиры-24, Углеводы-166

*Давид*

28.02.2023

(7-10 (10 дней))



Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
220	Жаркое по-домашнему (филе птицы)	Калорийность-344, Белки-27, Жиры-15, Углеводы-18
120	Яблоко	Калорийность-18, Углеводы-4
200/10	Чай с сахаром	Калорийность-63, Углеводы-16
70	Хлеб пшеничный обогаченный (для детского питания)	Калорийность-160, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-32
Итого за Завтрак		Калорийность-585, Белки-33, Жиры-16, Углеводы-70
<u>Обед</u>		
250	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	Калорийность-99, Белки-3, Углеводы-20
180	Рагу из овощей с мясом	Калорийность-130, Белки-13, Жиры-6, Углеводы-18
200	Кисель витаминизированный из концентрата промышленного производства	Калорийность-55, Углеводы-14
50	Хлеб ржаной обдирный обогаченный (для детского питания)	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20
30	Хлеб пшеничный обогаченный (для детского питания)	Калорийность-68, Белки-3, Углеводы-14
Итого за Обед		Калорийность-451, Белки-22, Жиры-7, Углеводы-86
Итого за день		Калорийность-1 036, Белки-55, Жиры-23, Углеводы-156





