



Меню-рацион

На 24 апреля 2023г. (овз)

Завтрак

Название блюда	калл	Б	Ж	У	Вес порции
Макароны с тертым сыром	318	10,3	15,3	32,9	180гр.
Бутерброд с маслом	160	3,31	9,65	13,15	30\10гр.
Чай с сахаром	35	0,1		9,1	200гр.

Обед

Салат из свек с раст. масл	69	1,0	4,8	5,0	60 гр.
Щи из свежей капусты	76	1,4	4,5	6,8	200гр.
Рис с овощами	261	3,45	12,6	31,8	150гр.
Котлета	115	6,0	6,4	7,6	70\6гр.
Напиток «Витошка»	60			15,8	200 гр.
Хлеб ржаной витам.	77	2,55	1,0	12,75	30гр.
Хлеб пшенич витам.	82	3,21	1,35	13,05	30гр.



Меню-рацион

На 24 апреля 2023г.

Завтрак

Название блюда	калл	Б	Ж	У	Вес порции
Рис с овощами	261	3,45	12,6	31,8	150 гр.
Котлета - с соусом томатным	115	6,0	6,4	7,6	100гр.
Чай с сахаром	38	0,1		9,1	200гр.
Хлеб пшеничный	82	3,21	1,35	13,05	30 гр.