

Согласовано:



Утверждаю:

Генеральный директор
ОАО «Рынок» Ростовского рай
Н.А. Дреева



МЕНЮ

7 декабря 2022 г

СРЕДА

Возрастная категория: от 7 и старше

3 день

Наименование блюда	Цена (руб.)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	Ж
Завтрак- 40 руб.							
1 Каша жидкая молочная (овсяная)	18,00	250,0	11,88	11,3	20,9	240,75	
2 Булочка школьная	7,50	50,0	5,3	5,6	9,3	144,8	
3 (порциями)	6,00	10,0	2,33	2,93	0	35,8	
4 Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40,0	3,04	1,12	19,60	104,48	
5 Чай с сахаром	6,50	200,0	0,20	0,00	6,50	26,80	
Итого:	40,00	550,0	22,8	21,0	56,3	552,7	
Обед — 70 руб.							
1 Суп картофельный с макаронными изделиями	18,00	200/250	2,15/ 2,69	2,27/ 2,84	14/17,46	94,6/ 118,25	
2 Гуляш (говядина/свинина)	30,00	90/100	16,88/1 0,64	16,38/2 8,19	4/2,89	232/309	
3 Картофельное пюре	9,00	150/160	3,1/3,3	6/6,4	19,7/21,01	145,8/ 155,52	
4 Салат из свеклы отварной	5,00	50,0	0,65	2,25	3,80	38,05	
5 Хлеб пшеничный йодированный	2,00	40/60	3,04/ 4,56	1,12/ 1,68	20,56/ 30,84	104,48/ 156,72	
6 Чай с сахаром	6,00	180/200	0,20	0,00	5,9/6,5	24,1/ 26,8	
Итого:	70,00	710/820	26,02/2 2,04	28,02/4 1,36	67,96/ 82,54	639,03/ 804,39	
Итого за день:	110,00	1260/ 1370	48,82/4 4,84	49,02/6 2,36	124,26/ 138,84	1191,73/ 1357,09	