



**МЕНЮ**  
13.12.2023

| Прием пищи          | № рец.  | блюдо               | выход, г | цена          | калорийность | белки        | жиры        | углеводы     |
|---------------------|---------|---------------------|----------|---------------|--------------|--------------|-------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>      |         |                     |          |               |              |              |             |              |
| гор. Блюдо          | 0000340 | Омлет натуральный   | 45       | 19,47         | 112          | 5,86         | 9,02        | 1,12         |
| гор. напиток        | 0001010 | Чай сладкий         | 200      | 3,09          | 57           | 0,19         |             | 13,93        |
| хлеб                | Порц004 | Батон               | 15       | 2,44          | 27           | 1,2          | 0,21        | 5,05         |
|                     |         |                     |          | <b>25,00</b>  | <b>196</b>   | <b>7,25</b>  | <b>9,23</b> | <b>20,1</b>  |
| <b>Завтрак 2-ой</b> |         |                     |          |               |              |              |             |              |
|                     |         |                     |          |               |              |              |             |              |
| <b>Обед</b>         |         |                     |          |               |              |              |             |              |
| закуска             |         |                     |          |               |              |              |             |              |
| 1 блюдо             | 310-223 | Суп с лапшой        | 250      | 12,35         | 214          | 3,02         | 2,32        | 17,54        |
| 2 блюдо             | 310-690 | Голубцы со сметаной | 180/20   | 74,56         | 345          | 6,33         | 14,87       | 34,69        |
| сладкое             |         |                     |          |               |              |              |             |              |
| напиток             | 310-924 | Компот из яблок     | 200      | 8,84          | 103          | 0,15         | 0,14        | 2,54         |
| хлеб черн.          | Порц004 | Хлеб ржаной         | 40       | 4,25          | 88           | 3,62         | 0,62        | 17,02        |
|                     |         |                     |          |               |              |              |             |              |
|                     |         |                     |          | <b>100,00</b> | <b>750</b>   | <b>13,12</b> | <b>18</b>   | <b>71,79</b> |
|                     |         |                     |          | <b>125,00</b> | <b>946</b>   | <b>20,37</b> | <b>27,2</b> | <b>91,89</b> |