

Ф.И.О. _____

10.12.2020

Подпись _____

Меню Департамент Культуры

ООО «Вкусный выбор»

Выход (г)	Наименование блюда	эв. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
180	<i>Каша овсяная молочная</i>	Калорийность-181, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-15
200	<i>Кофейный напиток злаковый на молоке</i>	Калорийность-135, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-21
20	<i>Масло коровье сладко-сливочное несоленое</i>	Калорийность-150, Жиры-17
20	<i>Хлеб из муки пшеничной</i>	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10
Итого за Завтрак		Калорийность-518, Белки-12, Жиры-31, Углеводы-47
Обед		
92	<i>Салат из свеклы с солеными огурцами</i>	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-3
8	<i>Масло растительное для заправки салата</i>	Калорийность-72, Жиры-8
250	<i>Щи из свежей капусты</i>	Калорийность-69, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-7
250	<i>Жаркое по - домашнему (д)</i>	Калорийность-532, Белки-24, Жиры-38, Углеводы-51
200	<i>Кисель фруктовый (ягодный) в ассортименте (яблочный)</i>	Калорийность-155, Белки-1, Углеводы-38
40	<i>Хлеб из муки пшеничной</i>	Калорийность-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
20	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10
Итого за Обед		Калорийность-1 022, Белки-32, Жиры-54, Углеводы-130
Итого за		Калорийность-1 540, Белки-44, Жиры-85, Углеводы-177

Генеральный директор

