

Меню Департамент Культуры

01.10.2020

Поставщик: ООО "Вкусный выбор"

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|-------------------------|---|--|
| <u>Завтрак</u> | | |
| 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 |
| <u>Обед</u> | | |
| 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 |
| <u>Обед</u> | | |
| 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-2 562, Белки-77, Жиры-138, Углеводы-308 |

