

МЕНЮ 20.01.2023

Прием пищи	Раздел	Наименование	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ОБЕД	Закуска	Огурец свежий	60	14,45 ₽	95,7	1,57	6,02	8,79
	1 блюдо							
	2 блюдо	Рыба тушеная с овощами	100	41,00 ₽	347,14	15,79	30,45	2,71
	Гарнир	Рис отварной	200	16,00 ₽	279,6	4,86	7,16	48,92
	Соус							
	Сладкое							
	Хлеб белый	Хлеб "Пшеничный"	30	3,00 ₽	233,8	7,9	1	2,1
	Хлеб черный							
	Напиток	Напиток из шиповника	200	12,00 ₽	88,2	0,68	0,28	20,76
	Фрукты							
ИТОГО				86,45 ₽	1044,44	30,8	44,91	83,28