

Индивидуальный предприниматель Ворочина Лилия Михайловна
ИНН 241300137707 ОГРН 304244215400148
Красноярский край, с. Ермаковское
Ул. Карла Маркса, д.43
КАФЕ РАДУГА
С. Ермаковское, ул. Суркова д. 1.



Утверждаю
ИП Ворочина Л.М.
« 13 » сентября 2022 год

Меню на « 13 » Сентября 2022 г.

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Калории	Белки	Углеводы
Салат картофельный с кукурузой и морковью	100/150	6,00/6,50	103,00/10,00	1,50/1,80	10,80/11,10
Рыба «горбуша» припущенная в молоке	95	7,70	123,00	11,00	3,20
Рис с овощами	180/200	3,50/3,88	143,10/159,00	6,40/7,11	125,50/139,44
Какао с молоком	200	4,10	113,20	3,80	16,50
Фрукт свежий яблоко	100	0,00	4,46	0,30	10,30
Хлеб пшеничный из муки 1 сорта	50\30	0,40\0,66	63,60\106,00	2,40\4,00	12,60\21,0
Хлеб ржано-пшеничный	50\30	0,40\0,66	63,60\106,00	2,40\4,00	12,60\21,0

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Калории	Белки	Углеводы
Икра морковная	100	6,80	132,00	2,30	15,40
Рассольник со сметаной	250/10	3,20	125,60	2,30	17,80
Котлета мясная	100	8,40	206,28	20,40	12,00
Каша гречневая рассыпчатая	200	11,22	336,38	11,39	65,48
Кофейный напиток с молоком	200	2,80	93,30	2,80	15,40
Вафли	30	0,55	80,54	2,52	15,88
Хлеб пшеничный из муки 1 сорта	50\30	0,40\0,66	63,60\106,00	2,40\4,00	12,60\21,0
Хлеб ржано-пшеничный	50\30	0,40\0,66	63,60\106,00	2,40\4,00	12,60\21,0