

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.  
« 30 » сентября 2022 год

**Меню на « 30 » Сентября 2022 г.**

**Завтрак**

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Калории	Белки	Углеводы
Салат из капусты белокачанной с горошком зеленым консервированным	100/150	5,10/5,70	88,50/89,50	1,50/1,90	5,10/9,80
Котлеты рыбные	100	4,80	87,70	6,70	4,40
Каша гречневая рассыпчатая	200	3,88	159,00	7,11	139,44
Кофейный напиток с молоком	200	2,80	93,30	2,80	15,40
Яблоко	100	0,40	45,80	0,40	9,50
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
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	150	0,00	6,50	0,40	1,30
Борщ со свежей капустой и картофелем	250	3,20	112,20	8,30	15,20
Тефтели мясные	100	16,85	253,75	10,25	15,25
Макароны отварные	180/200	0,80/0,66	209,20/186,00	6,70/7,00	43,80/38,00
Соус сметанный с томатом	30	1,50	25,50	0,50	2,30
Чай с лимоном	200/7	0,00	65,00	0,20	16,00
Пряник	50	2,35	183,00	2,95	37,50
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