

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.
« 8 » Декабря 2022 год

Меню на « 8 » Декабря 2022 г.

Завтрак

| Наименование блюда | Выход блюда | Жиры | Калории | Белки | Углеводы |
|--------------------------------|-------------|-----------|--------------|-----------|------------|
| Салат из свеклы с сыром | 150 | 9,00 | 156,00 | 2,70 | 15,90 |
| Рис с овощами | 180/200 | 8,60/8,20 | 16,18/34,90 | 2,25\1,90 | 3,11/5,60 |
| Филе минтая | 50 | 2,85 | 83,32 | 6,50 | 8,65 |
| Чай с лимоном | 200/7 | 0,00 | 65,00 | 0,20 | 16,00 |
| Печенье | 40 | 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 |

Обед

| Наименование блюда | Выход блюда | Жиры | Калории | Белки | Углеводы |
|--------------------------------------------------|-------------|-------------|---------------|-------------|-------------|
| Салат картофельный с морковью и горошком зеленым | 150 | 0,00 | 6,50 | 5,07 | 1,30 |
| Суп картофельный с бобовыми | 250 | 5,40 | 165,00 | 5,07 | 24,00 |
| Каша рассыпчатая гречневая | 180/200 | 10,10/11,22 | 258,75/336,38 | 10,25/11,39 | 50,37/65,48 |
| Голень куриная запечная | 150 | 11,70 | 281,40 | 24,45 | 1,95 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,00 | 60,00 | 0,10 | 15,00 |
| Печенье | 40 | 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 |