

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.



LM

Утверждаю
ИП Ворочина Л.М.

« 11 » Января 2023 год

Меню на « 11 » Января 2023 г.

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Калории	Белки	Углеводы
Сыр (порциями)	20	5,40	68,60	5,00	0,00
Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	200/250	7,97/8,85	232,71/258,56	7,20/8,00	32,14/35,71
Вафли	30	0,55	80,54	2,52	15,88
Яйцо вареное	40	4,60	63,00	5,10	0,30
Кисло- молочный продукт(йогурт)	200	5,76	106,20	5,04	7,40
Хлеб пшеничный из муки I 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 витаминный с маслом растительным	100	12,08	120,69	0,74	2,36
Щи со сметаной и тушёной говядиной	250/10	7,98	149,70	6,12	13,33
Плов из курицы	180	9,12	563,52	19,89	33,26
Чай с сахаром	200	0,00	60,00	0,10	15,00
Булочка	50	7,50	93,20	5,50	21,20
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