

# Меню Югорская 1/3

# Завтрак



Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Икра кабачковая консервированная	50	46.35
Макаронны с сыром	170	205.58
Кофейный напиток без молока	200	36.72
Пряник "Северные"	24	88.82
Сок, 1 л.	100	48.00
<b>ОБЕД</b>		
Суп "Рябчик"	180	78.77
Каша перловая рассыпчатая	130	177.54
Хлебце Рыбный	115	147.57
Соус красный основной	40	28.53
Компот из кураги	200	62.43
Хлеб "Столичный"	50	129.10
<b>ПОЛДНИК</b>		
Йогурт	180	135.54
Банан	70	70.61
<b>УЖИН</b>		
Огурец порционный	60	6.54
Картофель аппетитный	200	192.16
Чай с лимоном	200	41.28
Хлеб "Пшеничный"	40	93.76
Апельсины	50	18.90
<b>Итого калорийность: 1608.20 Ккал.</b>		

# Обед



# Полдник



# Ужин

