

Меню Югорская 1/3

Завтрак

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша манная молочная	200	153.82
Какао с молоком	200	91.62
Бутерброд с сыром	40/12	146.30
Сок, 1 л.	100	48.00
ОБЕД		
Салат из огурцов и помидоров	60	48.01
Рассольник	180	111.19
Картофельное пюре	150	117.92
Бефстроганов из мяса	100	141.65
Хлеб "Столичный"	50	132.48
Компот лимонный	200	54.72
ПОЛДНИК		
Снежок	180	127.23
Крендель в сахаре	70	223.96
УЖИН		
Рагу из овощей	200	149.58
Яйцо куриное отварное	40	62.84
Чай без сахара	200	0.07
Мандарин	70	24.44
Хлеб "Прибрежный"	40	96.32
Итого калорийность: 1730.15 Ккал.		



Обед



Полдник



Ужин

