

Меню Югорская 1/3

Завтрак

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша манная молочная	200	180.36
Кофейный напиток с молоком	200	98.58
Батон с маслом сливочным	40/5	136.01
Сок, 1 л.	100	48.00
ОБЕД		
Суп "Рябчик"	180	78.76
Компот из шиповника с лимоном	200	62.33
Слоёные голубцы с мясом	220	224.32
Хлеб "Столичный"	50	129.10
ПОЛДНИК		
Кисель из плодового или ягоды	200	42.38
Банан	70	70.61
Мандарин	50	17.50
УЖИН		
Рагу овощное со сметаной	220	175.53
Яйцо куриное отварное	40	62.84
Хлеб "Пшеничный"	40	93.76
Чай без сахара	200	0.07
Пряник "Северные"	24	88.82
Итого калорийность: 1508.97 Ккал.		



Обед



Полдник



Ужин

