





Гокмаков И.А.

**МЕНЮ НА 15.11.24 г.  
(12 лет и старше)**

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	<b>Завтрак</b>						
171	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	9,54	10,03	45,24	309	23,69
260	ГУЛЯШ	100	10,64	28,19	2,89	309	89,09
376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,08	0,03	12,69	51	3,37
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,6	0,98	23,57	126	5,35
	<b>Обед</b>						
67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,19	8,9	6,7	112	16,13
98	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250	2,31	4,64	12,19	100	11,28
309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,24	5,01	33,87	206	20,49
279	ТЕФТЕЛИ	130	8,22	19,03	13,73	263	68,54
ПР	СОК	200	0,75		20,57	85	10,78
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,8	0,84	20,21	108	4,58
ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,32	17	104	2,61