

ООО "Г. Ково Авароисе"
Бердаскун, 10
Заведующий производством: Ахмедрахимов С.

Согласовано: Директор РТ ГБОУ
"Солнечный сад" в г. Куляб
Разыкова Р. В.

Меню
Вторник - 2

Выход	Название	Ед. изм.
Обед		
60	Салат "Шакароб с яблоками", 60 Пищевая ценность: Белки - 0,65 г, Жиры - 0,15 г, Углеводы - 3,01 г, Калорийность - 17,41 ккал	шт
200	Борщ из свежей капусты на курином бульоне со сметаной, 200 Пищевая ценность: Белки - 3,68 г, Жиры - 7,32 г, Углеводы - 22,19 г, Калорийность - 170,84 ккал	шт
45/45	Гуляш из говядины, 45/45 Пищевая ценность: Белки - 13,40 г, Жиры - 13,68 г, Углеводы - 6,33 г, Калорийность - 202,37 ккал	шт
90	Овощи тушеные, 90 н Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 2,26 г, Углеводы - 10,98 г, Калорийность - 70,32 ккал	шт
75	Каша рисовая рассыпчатая, 75 Пищевая ценность: Белки - 1,13 г, Жиры - 2,39 г, Углеводы - 9,35 г, Калорийность - 63,43 ккал	шт
200	Чай с сахаром, 200 Пищевая ценность: Белки - 0,06 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 11,00 г, Калорийность - 44,35 ккал	шт
30	Хлеб пшеничный, 30 Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,27 г, Углеводы - 13,86 г, Калорийность - 66,30 ккал	шт
30	Хлеб ржано-пшеничный, 30 Пищевая ценность: Белки - 2,20 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 13,00 г, Калорийность - 64,00 ккал	шт
ИТОГО: 775,00 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 24,83 г, Жиры - 26,48 г, Углеводы - 89,71 г, Калорийность - 699,03 ккал	