


 Ридарова

Меню на 15 день

20/М	Салат из свежих огурцов	60	0,53	5,06	1,98	55,61
82/М	Борщ из капусты с картофелем и сметаной, 200/5	205	1,53	4,9	7,94	82,42
232/М	Рыба запеченная с маслом сливочным, 90/5	95	20,16	7,80	3,45	165,08
128/М	Картофельное пюре	150	3,24	6,82	22,25	163,78
342/М	Компот из вишни, 200/11	200	0,16	0,04	15,42	63,6
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5
	Хлеб ржано-	60	3,96	0,72	23,79	118,8
Итого за Обед		820	33,53	25,84	98,98	766,79