Меню на 20 января

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Число/ месяц | Наименование блюда | | Масса порции | Пищевые вещества (г.) | | | Энергетическая  ценность ( ккал) |
| 20.01 | | Салат витаминный | 1/100 | 8,29 | 6,8 | 24,73 | 187,24 |
|  | | Суп- рассольник | 125/250 | 2,7 | 7,2 | 13,35 | 123,9 |
|  | | Гороховое пюре | 1/200 | 4,32 | 9 | 23,2 | 276,1 |
|  | | Сосиска | 1/50 | 11 | 23,9 | 0,4 | 261 |
|  | | Сок яблочный | 1/200 | 1 | - | 20,2 | 84,8 |
|  | | Хлеб пшеничный | 1/75 | 5,1 | 0,7 | 13,5 | 160,5 |
|  | | Банан | 1 шт | 2,26 | 0,76 | 28,5 | 141,76 |
| **Всего за обед** | | |  | **34,67** | **48,36** | **123,88** | **1235,88** |  |