



К. Ригарова

Меню на 10 день

49/М	Салат витаминный (2 вариант)	60	1,26	3,08	4,46	50,60
102/М	Суп картофельный с бобовыми (фасолью)	200	4,70	4,30	15,42	102,70
234	Котлета Морячок	90	13,20	10,23	12,98	157,45
147/М	Картофель по-деревенски	150	3,68	5,09	29,07	176,52
377/М	Чай с сахаром и лимоном	200	0,06	0,06	6,70	46,28
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	19,83	99,00
Итого за Обед		790	29,37	23,76	107,78	726,55