

28.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54,6к	Каша вязкая молочная пшенная	150	19,06	206	6	8	28
	гор.напиток	54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	3,29	28	0	0	7
	хлеб	Пром	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	40	4,00	78	3	1	16
		Пром	Повидло яблочное	20	4,20	52	0	0	13
			Итого	410	30,55	365	9	8	64
Завтрак 2		Пром	Сок	200	12,00	113	1	0	26
			Итого	200	12	113	1	0	26
Обед	закуска	54-13з	Салат из свеклы отварной	60	5,10	46	1	3	5
	1 блюдо	54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	12,17	110	5	6	10
	2 блюдо	54-5м	Котлета из курицы	80	37,09	135	15	3	11
	гарнир	54-21г	Горошница	150	4,80	205	15	1	34
		54-3соус	Соус красный основной	10	2,45	7	0	0	1
	сладкое	Пром	Сок	200	12,00	136	1	0	33
	хлеб бел.	Пром	хлеб пшеничный йодированный	45	3,37	106	3	0	22
			Итого	745	76,98	745	40	14	115
Полдник		54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	13,86	86	4	3	11
		Пром.	Вафли с фруктовыми начинками	60	15,60	210	2	2	46
			Итого	260	29,46	296	6	5	58