

13.10.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182	Каша гречневая ,вязкая	200		234	8	8	32
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200		35	0	0	7
	хлеб	пром	Витаминизированный	70		174	5	2	36
		пром	Яблоко	100		12	0	0	10
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	28	Салат из свеклы с соленым огурцом	80		45	1	3	4
	1 блюдо	135	Суп из овощей	250		99	2	4	12
	2 блюдо	54-5	Котлета из мяса	90		265	17	16	17
	гарнир	140	Капуста тушеная	180		127	4	5	17
	сладкое	639	Компот из сухофруктов	200		124	1	0	31
	хлеб бел.	пром	Витаминизированный	50		137	4	1	27
	хлеб черн.	пром	Витаминизированный	40		76	2	0	18