

20.10.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                         | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-----------------------------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 216    | Каша рисовая молочная, вязкая                 | 180      |      | 231          | 5     | 7    | 36       |
|            | гор.напиток | 693    | Какао с молоком                               | 200      |      | 94           | 3     | 3    | 14       |
|            | хлеб        | пром   | Витаминизированный                            | 70       |      | 174          | 5     | 2    | 36       |
|            |             | пром   | Яблоко                                        | 100      |      | 12           | 0     | 0    | 10       |
|            |             | 97,96  | Сыр твердых сортов в нарезке, масло сливочное | 25       |      | 131          | 4     | 12   | 4        |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                                               |          |      |              |       |      |          |
|            |             |        |                                               |          |      |              |       |      |          |
|            |             |        |                                               |          |      |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 54-7з  | Салат из свежей капусты с морковью и луком    | 80       |      | 143          | 3     | 10   | 10       |
|            | 1 блюдо     | 114    | Свекольник                                    | 250      |      | 121          | 2     | 5    | 16       |
|            | 2 блюдо     | 64     | Колбаски витаминные в томатном соусе          | 130      |      | 229          | 13    | 16   | 8        |
|            | гарнир      | 297    | Каша грнчневая, рассыпчатая                   | 150      |      | 330          | 8     | 11   | 42       |
|            | сладкое     | 305    | Кисель из концентрата                         | 200      |      | 76           | 0     | 0    | 20       |
|            | хлеб бел.   | пром   | Витаминизированный                            | 50       |      | 137          | 4     | 1    | 27       |
|            | хлеб черн.  | пром   | Витаминизированный                            | 40       |      | 76           | 2     | 0    | 18       |
|            |             |        |                                               |          |      |              |       |      |          |
|            |             |        |                                               |          |      |              |       |      |          |