

10.04.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	132	Омлет натуральный	130	35,02	221.08	11.64	18.04	3.04
	гор.напиток	199	Чай с молоком	200	10,28	66.9	1.6	1.65	12.37
	хлеб		Хлеб пшеничный 1с	50	3,85	123	3.7	1.1	26.5
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,70	52.5	1.17	0.15	12.37
	фрукты		Яблоко	195	26,32	93.6	0.97	0	22.23
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	21	Салат из моркови	100	4,70	104.5	1.2	6.1	11.2
	1 блюдо	59	Суп-пюре из разных овощей	250	10,66	107.95	2.74	5.51	11.85
	2 блюдо	181	Жаркое по-домашнему	200	88,35	303.71	20.49	15.75	20.12
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный 1с	70	5,39	172.2	5.18	1.54	37.1
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,41	105	2.35	0.3	24.75
	напиток		Сок для детского питания	240	17,52	100.8	1.2	0.96	23.28