

12.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	2,11	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	15,00	104	2	5	12
	гор.блюдо	131,81	Плов из мяса птицы (филе)	200	50,50	400	17	19	41
	гор.напиток	282,11	Чай витаминизированный	200	5,00	39	0	0	10
	хлеб	420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	2,70	130	4	0	28
Обед	1 блюдо	129,14	Суп картофельный с горохом и гренками	250\20	11,00	226	8	5	37
	2 блюдо	118,2	Рагу овощное с отварным мясом	250	59,10	373	20	24	19
	гарнир								
	гор.напиток	294,01	Компот из свежих плодов	200	10,00	79	0	0	19
	хлеб бел.	420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	2,70	130	4	0	28
	хлеб черн.	1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	1,65	66	2	0	14

Отд./ко

День

12.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	2,1	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	9,20	62	1	3	7
	гор.блюдо	131,8	Плов из мяса птицы (филе)	180	46,94	359	15	17	37
	гор.напиток	282,11	Чай витаминизированный	200	5,00	39	0	0	10
	хлеб	420,07	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	60	3,30	156	8	1	33
Обед	1 блюдо	129,14	Суп картофельный с горохом и гречками	250\20	12,00	226	8	5	37
	2 блюдо	118,08	Рагу овощное с отварным мясом	160	46,69	267	15	17	14
	гарнир								
	гор.напиток	294,01	Компот из свежих плодов	200	10,00	79	0	0	19
	хлеб бел.	420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	2,20	104	3	0	22
	хлеб черн.	1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	1,65	66	2	0	14