

среда

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	салат	2.1	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	7.00	62	1	3	7
	гор.блюдо	131.8	Плов из мяса птицы (филе)	180	39.26	359	15	17	37
	гор.напиток	283	Чай с сахаром	200	2.20	40	0	0	10
	хлеб	420.06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	3.30	130	4	0	28
		401	Масло сливочное	10	8.00	66	0	7	0
	1 блюдо	129.14	Суп картофельный с горохом и гренками	250\20	10.65	226	8	5	37
	2 блюдо	118.08	Рагу овощное с отварным мясом	180	36.85	267	15	17	14
	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	2.75	130	4	0	28
	хлеб черн.	1.2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	1.65	66	2	0	14

среда

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	салат	2.11	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	11.63	104	2	5	12
	гор.блюдо	131.8	Плов из мяса птицы (филе)	180	42.08	359	15	17	37
	гор.напиток	283	Чай с сахаром	200	2.20	40	0	0	10
	хлеб	420.07	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	60	3.30	156	8	0	33
		401	Масло сливочное	10	8.00	66	0	7	0
	1 блюдо	129.14	Суп картофельный с горохом и гренками	250\20	10.65	226	8	5	37
	2 блюдо	тк 118,2	Рагу овощное с отварным мясом	250	49.10	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	2.75	130	4	0	28
	хлеб черн.	1.2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	1.65	66	2	0	14