

четверг

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	445.37	Котлеты мясные с томатным соусом	60\30	39.00	179	10	12	8
	гарнир	611.02	Рис припущенный	180	18.29	276	5	8	47
	гор.напиток	285	Чай с лимоном и сахаром	200	5.50	42	0	0	10
	хлеб	1.1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	1.65	78	2	0	17
Обед	1 блюдо	67.32	Свекольник со сметаной	200\10	16.00	113	2	5	15
	2 блюдо	12.2	Филе грудки, припущенное в молочном соусе	45\45	35.24	203	13	15	5
	гарнир	302	Каша гречневая вязкая с маслом	150\5	8.00	149	5	5	21
	гор.напиток	249.01	Компот из свежих плодов	200	10.00	79	0	0	19
	хлеб бел.	1.1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	1.65	78	2	0	17
	хлеб черн.	1.2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	1.65	66	2	0	14

четверг

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	445.37	Котлеты мясные с томатным соусом	60\30	39.00	179	10	12	8
	гарнир	613.01	Рис припущенный	200	25.46	315	5	8	55
	гор.напиток	285	Чай с лимоном и сахаром	200	5.50	42	0	0	10
	хлеб	420.07	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	60	3.24	156	8	0	33
	1 блюдо	67.08	Свекольник со сметаной	250\5	12.15	129	3	5	18
	2 блюдо	12.21	Филе грудки, припущенное в молочном соусе	50\50	39.00	225	14	16	5
	гарнир	497.03	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180\5	20.00	304	11	7	49
	гор.напиток	249.01	Компот из свежих плодов	200	10.00	79	0	0	19
	хлеб бел.	1.1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	1.65	78	2	0	17
	хлеб черн.	1.2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	1.65	66	2	0	14