

четверг

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	445.37	Биточки мясные с томатным соусом	60\30	39.00	179	10	12	8
	гарнир	138.06	Картофельное пюре	180	14.61	177	4	6	27
	гор.напиток	285	Чай с лимоном и сахаром	200	4.50	42	0	0	10
	хлеб	1.1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	1.65	78	2	0	17
	1 блюдо	67.32	Свекольник со сметаной	200\10	10.00	113	2	5	15
	2 блюдо	12.2	Филе грудки, припущенное в молочном соусе	45\45	30.60	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	445.4	Биточки мясные с томатным соусом	60\40	39.00	183	10	12	9
	гарнир	138.07	Картофельное пюре	200	21.01	197	4	7	29
	гор.напиток	285	Чай с лимоном и сахаром	200	4.50	42	0	0	10
	хлеб	420.06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	2.70	130	4	0	27
	1 блюдо	67.08	Свекольник со сметаной	250\5	12.00	129	3	5	18
	2 блюдо	12.21	Филе грудки, припущенное в молочном соусе	50\50	39.29	225	14	16	5
	гарнир	497.03	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180\5	9.56	303	11	7	49
	гор.напиток	294.01	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