

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	
Завтрак	<i>Салат</i>	43/2004	<i>Салат из капусты</i>	100	
	<i>гор.блюдо</i>	394/2004	<i>Тефтели рыбные с соусом сметанным</i>	80/30	
	<i>гарнир</i>	520/2004	<i>Картофельное пюре</i>	180	
	<i>гор.напиток</i>	693/2004	<i>Кофейный напиток</i>	200	
	<i>хлеб</i>	902	<i>Хлеб ржаной</i>	40	
	<i>фрукты</i>	402	<i>Яблоко</i>	160	
				<b>Итого:</b>	
Обед	<i>закуска</i>	14	<i>Свежий помидор</i>	80	
	<i>1 блюдо</i>	143/2004	<i>Суп с макаронными изделиями и картофелем</i>	250	
	<i>2 блюдо</i>	437/2004	<i>Гуляш из говядины</i>	50/50	
	<i>гарнир</i>	511/2004	<i>Рис отварной</i>	180	
	<i>напиток</i>	639/2004	<i>Компот из сух/фруктов</i>	200	
	<i>хлеб</i>	902	<i>Хлеб ржаной</i>	40	
				<b>Итого:</b>	
				<b>итого за день:</b>	

День

27.09.2023

Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
4,27	87,63	1,60,	5,10	7,72
18,00	170,36	10,67	9,82	10,71
10,00	169,03	3,96	5,12	26,53
6,12	89,85	1,45	1,60	17,32
1,88	72,40	2,67	0,53	13,73
14,73	65,80	0,56	0,56	13,72
<b>55,00</b>	<b>655,07</b>	<b>19,31</b>	<b>22,73</b>	<b>89,73</b>
4,56	19,13	0,87	0,17	20,35
4,19	150,58	7,61	2,98	20,38
40,04	214,90	15,25	15,86	2,88
10,33	224,50	3,82	5,60	40,10
4,00	61,20	0,21	0,05	14,90
1,88	72,40	2,67	0,53	13,73
<b>65,00</b>	<b>742,71</b>	<b>30,43</b>	<b>25,19</b>	<b>112,34</b>
	<b>1397,78</b>	<b>49,74</b>	<b>47,92</b>	<b>202,07</b>