

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>напиток</i>	693/2004	<i>Кофейный напиток</i>	200
	<i>хлеб</i>	902	<i>Хлеб ржаной</i>	40
	<i>фрукты</i>	402	<i>Груша</i>	167
			Итого:	
Обед				
	<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
			Итого:	
		итого за день:		

День				
	06.02 2024			
Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
4,27	90,52	14,35	5,08	9,39
19,42	171,28	10,95	9,23	11,95
10,70	169,03	3,96	5,12	26,53
6,32	89,85	1,45	1,60	17,32
1,96	72,40	2,67	0,53	13,73
33,33	78,60	0,68	0,45	15,45
76,00	671,68	34,05	22,01	94,37
7,30	150,58	7,61	2,98	20,38
41,71	214,90	15,25	15,86	2,88
10,63	224,50	3,82	5,60	40,10
3,58	61,20	0,21	0,05	14,90
1,96	72,40	2,67	0,53	13,73
65,18	723,58	29,56	25,02	91,99
	1395,26	63,61	47,03	186,37