

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак				
	<i>гор.блюдо</i>	394/2004	<i>Тефтели рыбные с соусом сметанным</i>	<i>110</i>
	<i>гарнир</i>	520/2004	<i>Картофельное пюре</i>	<i>180</i>
	<i>гор.напиток</i>	693/2004	<i>Кофейный напиток</i>	<i>200</i>
	<i>хлеб</i>	902	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>40</i>
	<i>фрукты</i>	402	<i>Груша</i>	<i>187</i>
			Итого:	
Обед				
	<i>1 блюдо</i>	143/2004	<i>Суп с макаронными изделиями и картофелем</i>	<i>250</i>
	<i>2 блюдо</i>	437/2004	<i>Гуляш из говядины</i>	<i>100</i>
	<i>гарнир</i>	511/2004	<i>Рис отварной</i>	<i>180</i>
	<i>напиток</i>	639/2004	<i>Компот из сух/фруктов</i>	<i>200</i>
	<i>хлеб черн.</i>	902	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>40</i>
			Итого:	
		итого за день:		

День				
	13.03 2024			
Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
23,62	171,28	10,95	9,23	11,95
11,10	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
33,00	63,83	0,40	0,16	13,58
76,00	566,39	19,43	16,64	83,11
6,53	150,58	7,61	2,98	20,38
42,48	214,90	15,25	15,86	2,88
10,45	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
65,00	723,58	29,56	25,02	91,99
	1289,97	48,99	41,65	175,10