

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	493,21	Каша молочная "Дружба" с маслом	210	56,36	245	6,51	11,37	35,11
	гор.напиток	293	Компот из смеси сухофруктов	200	5,00	128,6	0,44	0,09	32,92
	хлеб черн.	420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,00	104,00	3,20	0,40	22,00
	фрукты	38	Яблоко	100	12,00	47	0,4	0,4	9,8
				550	76,36	524,6	10,55	12,26	99,83
Завтрак 2									
Обед	закуска	25,27	Салат из свеклы с растительным маслом	100	18,65	126,99	1,87	8,42	10,97
	1 блюдо	65,11	Суп с гречневой крупой	250	16,00	99,38	2,53	3,06	15,37
	2 блюдо	131,81	Плов из мяса птицы (филе)	200	46,25	296,00	16,90	18,50	30,30
	гарнир								
	сладкое	283	Чай с сахаром	200	2,20	39,90	0,00	0,00	9,98
	хлеб бел.	420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,00	104,00	3,20	0,40	22,00
	хлеб черн.	421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	2,00	120,00	3,20	0,40	18,40
				830	88,10	786,27	27,70	30,78	107,02

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	493,03	Каша молочная "Дружба" с маслом	160	49,57	215	4,86	11,11	26,35
	гор.напиток	293	Компот из смеси сухофруктов	200	5,00	128,6	0,44	0,09	32,92
	хлеб черн.	420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,00	104	3,2	0,4	22
	фрукты	38	Яблоко	100	12,00	47	0,4	0,4	9,8
				500	69,57	494,6	8,9	12	91,07
Завтрак 2									
Обед	закуска	25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	60	19,32	76,37	1,12	5,07	6,58
	1 блюдо	65,08	Суп с гречневой крупой	200	14,30	79,50	2,02	2,45	12,30
	2 блюдо	131,8	Плов из мяса птицы (филе)	180	38,20	266,18	15,21	16,65	27,28
	гарнир								
	сладкое	283	Чай с сахаром	200	2,20	39,90	0,00	0,00	9,98
	хлеб бел.	420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	2,00	130,00	4,00	0,50	27,50
	хлеб черн.	421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	2,00	88,00	3,20	0,40	18,40
				730	78,02	679,95	25,55	25,07	102,04