

9/17/2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	303	Каша пшенная с маслом сливочным	205	22.48	307	8	10	45
	гор.напиток	11	Чай с сахаром	200	2.07	60	0	0	15
	хлеб	3	Батон обогащенный микронутриентами	40	7.32	100	3	0	19
	Хол. Блюдо	96	Сыр плавленый и масло сливочное	24	22.52	86	3	8	1
	Сладкое	т/к	Мандарин, творожок Тема	200	60.11	150	8	4	19
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	29	Помидор свежий	80	17.14	14	1	0	2
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и карт с говядиной и сметаной	275	37.13	182	6	8	13
	2 блюдо	386	Рыба, запеченная под молочным соусом	90	76.65	157	9	7	6
	гарнир	473	Пюре картофельное	200	19.83	218	4	9	29
	сладкое	643	Кисель из кураги	200	14.70	117	0	0	25
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	6.35	133	4	1	28