

6/25/2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	106	Запеканка из творога	200	79.40	377	14	16	45
	гор.напиток	146	Чай с лимоном	200	9.10	49	0	0	12
	хлеб		Хлеб Пшеничный	40	2.10	95	3	0	19
	овощи	246	Овощная нарезка(огурец)	100	11.90	16	1	0	3
	соус		Соус молочный	50	13.00	51	1	3	4
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	246	Овощная нарезка(помидор)	100	21.20	12	1	0	2
	1 блюдо	59	Токмач	200	34.30	248	3	3	46
	2 блюдо	81	Фрикадельки " Петушок"	90	56.70	227	13	19	12
	гарнир	96	Капюта тушеная в сметане	150	26.20	129	3	8	14
	сладкое	293	Сок фруктовый	200	13.00	36	2	0	6
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	30	2.10	71	2	0	14
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20	1.00	40	1	0	8
	фрукт		Мандарин	150	16.00	60	1	0	15