

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак 2	закуска	2	бутерброд с повидлом	60
	гор.блюдо	173	каша молочная геркулесовая с маслом слив	250/5
	гарнир			
	гор.напиток	376	чай с сахаром	200
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	35
Обед	Витаминиза ция			
	закуска	ПР	икра кабачковая	100
	1 блюдо	88	щи из св.капусты с картофелем сметаной зеленью	250/5/1
	2 блюдо	290/АКТ	птица тушенная в томатном соусе	100
	гарнир	304	рис отварной с м/слив	180
	сладкое			
	гор.напиток	342	компот из свежих яблок	200
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30
	хлеб черн.	ПР	хлеб ржано-пшеничный	30

День

12/22/2025

Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	110.12	2.15	6.24	5.54
	374.74	9.39	11.30	46.93
	106.00	3.26	1.25	8.23
	88.64	3.2	1.36	15.9
	133.80	2.73	6.72	16.64
	96.53	3.63	9.48	8.20
	100.76	6.83	6.75	4.55
	231.74	8.82	4.42	43.68
	114.60	0.16	0.16	27.88
	81.02	2.43	0.3	14.64
	66.6	2.4	1.02	12.66