

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
	закуска	3	бутерброд с сыром	60
	гор.блюдо	173	каша вязкая молочная пшенная с м/слив	250/5
	гор.напиток	382	какао с молоком	200
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	40
Завтрак 2	Витаминиза ция			
Обед	закуска	ПР	икра кабачковая	100
	1 блюдо	388	уха рыбацкая с зеленью	15/250/1
	2 блюдо	291	плов из птицы	250
	гарнир			
	сладкое			
	гор.напиток	349	компот из смеси сухофруктов	200
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30
	хлеб черн.	ПР	хлеб ржано-пшеничный	30

День

1/12/2026

Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	101.12	4.65	6.18	9.69
	359.79	10.29	10.50	48.96
	85.36	4.08	1.25	17.58
	118.49	3.24	0.4	19.52
	133.80	2.73	6.72	16.64
	149.89	5.99	7.40	12.12
	381.66	17.09	12.89	33.75
	81.02	0.66	0.09	32.01
	81.02	2.43	0.3	14.64
	66.6	2.4	1.02	12.66