

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак 2	закуска		печенье	60
	гор.блюдо	290/Акт	птица тушеная в томатном соусе	100
	гарнир	303/Акт	каша гречневая с м/слив	180
	гор.напиток	376	чай с сахаром	200
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	30
Обед	Витаминиза ция			
	закуска	67	винегрет овощной	100
	1 блюдо	116/АКТ	томатный суп харчо с курицей и зеленью	15/250/1
	2 блюдо	268/Акт	биточки из мяса с соусом	100
	гарнир	202/309	макаронные изделия отварные	180
	сладкое			
	гор.напиток	342	компот из свежих яблок	200
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30
	хлеб черн.	ПР	хлеб ржано-пшеничный	30

День

1/13/2026

Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	188.97	1.72	5.36	20.69
	100.76	6.83	6.75	4.55
	203.25	8.26	7.31	40.19
	106.00	3.26	1.25	8.23
	81.02	2.43	0.3	14.64
	125.10	3.79	10.04	9.26
	137.59	4.56	7.10	14.91
	164.56	9.66	5.28	10.10
	202.14	6.62	5.42	31.74
	114.60	0.16	0.16	27.88
	81.02	2.43	0.3	14.64
	66.6	2.4	1.02	12.66