

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак 2	закуска	209	яйцо вареное	60
	гор.блюдо	268	котлеты из мяса с соусом	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	45	салат из белокачанной капусты с морковью	100
	1 блюдо	113	суп - лапша домашняя с цыпленком, зеленью	10/250/1
	2 блюдо	259	жаркое из птицы	250
	гарнир			
	сладкое			200
	гор.напиток	349	компот из смеси сухофруктов	200
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30
	хлеб черн.	ПР	хлеб ржано-пшеничный	30

День

1/23/2026

Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	94.50	3.72	4.07	3.42
	125.61	6.83	8.04	16.73
	203.25	8.26	7.31	40.19
	106.00	3.26	1.25	8.23
	81.02	2.43	0.3	14.64
	60.40	2.99	3.25	6.47
	183.69	5.11	7.66	23.83
	291.49	14.74	17.30	25.29
	85.00	1.00	0.00	20.20
	132.80	0.66	0.09	32.01
	81.02	2.43	0.3	14.64
	66.6	2.4	1.02	12.66