

Прием пи	Раздел	№ рец	Блюдо	Выход	Цена	ЭЦ	Белки	Жиры	Углеводы
		366	Сыр порционно	15	10	36	3	3	3
Завтрак		128	Запеканка рисовая с творогом со сгу	200/20	40	322	12	15	57
8.30-9.00		196	Чай с лимоном и сахаром	207	7	54	0	0	14
		1.1	хлеб пшеничный	50	4	130	4	0,05	27,5
			итого		61	542	19	18,05	101,5

обед		17	салат из свеклы	80	10	76	1	6	5
12.00-13.00		13	Рассольник домашний	260	20	120	2,2	6	14,3
		97	Жаркое по -домашнему	200	50	352	20,2	21,24	19,94
		15.2	Сок фруктовый яблочный	200	10	92	1	0	20,2
		1.1	хлеб пшеничный	30	3	70,5	2,2	0,24	15
		1.2	хлеб ржаной	30	3	63	1,5	0,3	14
			итого		96	773,5	28,1	33,78	88,44
			всего за день		157	1315,5	47,1	51,83	189,94

Зд	Раздел	№ рец	Блюдо	Выход	Цена	ЭЦ	Белки	Жиры	Углеводы
									06.06.2024
Завтрак		365	масло сливочное	10	8	66	0	7	0
8.30-9.00		134	Каша "Дружба" молочная с маслом	208	20	274	12	15	32,4
		184	Чай с сахаром	200	5	56,8	0,06	0	14,98
		1.1	хлеб	50	4	130	4	0,05	27,5
		368	фрукт	200	20	190	3	1	42
			итого		57	716,8	19,06	23,05	116,88

		119	Огурцы свежие порционно	60	6	7	0,42	0,06	1
обед		16	Суп картофельный с бобовыми	250	20	140	5,8	4,6	15
12.00-13.00		221	Плов из отварного мяса	210	45	475	25	26	36,5
		276	компот из смеси сухофруктов	200	10	110	1	0,05	27,5
		1.1	хлеб пшеничный	30	3	70,5	2,2	0,24	15
		1.2	хлеб ржаной	30	3	63	1,5	0,3	14
			итого		87	865,5	35,92	31,25	109
			всего за день		144	1582,3	54,98	54,3	225,88

Прием пи	Раздел	№ рец	Блюдо	Выход	Цена	ЭЦ	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		365	масло сливочное	10	8	66	0	7	0
8.30-9.00		42	Каша ячневая молочная с маслом сл	208	20	263	9	14	30
		289	Какао с молоком	200	10	111	3,87	3,8	15,09
		1.1	хлеб пшеничный	50	4	130	4	0,05	27,5
		368	фрукт /шт	150	20	70	1	0	20
			итого		62	640	17,87	24,85	92,59
обед									
12.00-13.00		26	Винегрет овощной	80	10	46	1	3	4
		12	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	265	18	124	2	7	13
		221	Плов из отварного мяса	210	45	475	25	26	36,5
		65	Напиток из плодов шиповника	200	10	119	0,7	0,03	29
		1.1	хлеб пшеничный	30	3	70,5	2,2	0,24	15
		1.2	хлеб ржаной	30	3	63	1,5	0,3	14
			итого		89	897,5	32,4	36,57	111,5
			всего за день		151	1537,5	50,27	61,42	204,09