

1-3г. Январь 2024г. 117,50 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	№
		09.января	рецепту
День 7			
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ВЯЗКАЯ	150	№185
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
		0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	№376
		0	
Обед	СУП РИСОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	180	№80
	КОТЛЕТА ИЗ КУРИЦЫ	60	№305
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	№355
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	№317
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
		0	
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ №348 /60/25г/	85	№261
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	100	№125
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
		0	
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	№458
Итого за 7 день:	белки-42,66 жиры-47,36 углеводы-203,68 к/кал.-1400	1785	