

3-7г. Январь 2024г. 133,40 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	№ рецепт
День 7			
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ВЯЗКАЯ	180	№185
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
		0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	№376
		0	
Обед	СУП РИСОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	200	№80
	КОТЛЕТА ИЗ КУРИЦЫ	70	№305
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	№355
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	№317
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
		0	
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ №348	90	№261
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	№125
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	
		0	
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	№458
Итого за 7 день:	белки-54,39 жиры-60,31 углеводы-261,03 к/кал.-1800,76	1900	