

18.09.22.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2									
	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	102	суп гороховый	250					
	2 блюдо	288	кура отварная	100		593	22	22	66
	гарнир	203	Макарона отварные с соус.	100		164	22	13	0
	сладкое					137	3,82	4,05	21,32
	хлеб бел.		хлеб бел. I сорт	60					
	хлеб черн.								
		375	чай с сахаром	200		14			
		410	вареники с повидлом	100		101	2,00	0,51	0,40
							4,61	2,84	14,59