

5/13/2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец.   | Блюдо                                                        | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|----------|--------------------------------------------------------------|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 224/2008 | Запеканка из творога со сгущенным молоком                    | 170      |      | 374.40       | 16.38 | 16.60 | 26.70    |
|            | гор.напиток | 430/2008 | Чай с сахаром                                                | 200      |      | 60.00        | 0.20  | 0.10  | 15.00    |
|            | хлеб        | 15.1     | Батон нарезной обогащённый микронутриентами                  | 25       |      | 68.00        | 2.00  | 1.16  | 12.99    |
|            | фрукты      | 338      | Апельсин свежий                                              | 170      |      | 73.10        | 1.53  | 0.34  | 13.77    |
|            |             |          |                                                              |          |      |              |       |       |          |
| Завтрак 2  |             |          |                                                              |          |      |              |       |       |          |
|            |             |          |                                                              |          |      |              |       |       |          |
|            |             |          |                                                              |          |      |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     | 20.1     | Икра кабачковая (консервированная)                           | 60       |      | 44.30        | 0.88  | 2.42  | 4.78     |
|            | 1 блюдо     | 76/2008  | Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной со сметаной | 210      |      | 93.30        | 3.46  | 4.63  | 9.51     |
|            | 2 блюдо     | 9.1      | Шницель рубленый мясной                                      | 90       |      | 174.50       | 11.30 | 10.50 | 8.47     |
|            | гарнир      | 325/2008 | Рис отварной                                                 | 150      |      | 203.00       | 3.70  | 6.30  | 26.18    |
|            | напиток     | 13.1     | Компот из свежих яблок                                       | 200      |      | 87.80        | 0.20  | 0.20  | 20.10    |
|            | хлеб бел.   | 15.1     | Батон нарезной обогащённый микронутриентами                  | 50       |      | 136.00       | 4.00  | 2.32  | 25.98    |
|            | хлеб черн.  | 15.2     | Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами            | 40       |      | 92.00        | 3.20  | 1.70  | 20.40    |
|            |             |          |                                                              |          |      |              |       |       |          |
|            |             |          |                                                              |          |      |              |       |       |          |