

Г.А. Горюцкая

15.05.2025

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо             | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|-------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гарнир     | 520    | Картофельное пюре | 180      | 28,46 | 205          | 5     | 8    | 16       |
|            | 2 блюдо    | 462    | Тефтели           | 90       | 62,66 | 110          | 6     | 5    | 11       |
|            | закуска    | 78     | Икра морковная    | 60       | 6,46  | 30           | 2     | 4    | 6        |
|            | напиток    | 704    | Напиток из кураги | 200      | 6,50  | 88           | 1     | 0    | 13       |
|            | хлеб бел.  |        | хлеб пшеничный    | 40       | 3,44  | 81           | 4     | 1    | 20       |
|            | хлеб черн. |        | Хлеб ржаной       | 20       | 1,72  | 48           | 1     | 1    | 17       |
|            |            |        |                   |          |       |              |       |      |          |
| Завтрак 2  |            |        |                   |          |       |              |       |      |          |
|            |            |        |                   |          |       |              |       |      |          |
|            |            |        |                   |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | 1 блюдо    | 139    | Суп гороховый     | 200      | 20,31 | 154          | 5     | 3    | 15       |
|            | 2 блюдо    | 340    | Омлет             | 200      | 34,15 | 312          | 11    | 13   | 28       |
|            | закуска    | 71     | Винегрет овощной  | 100      | 11,54 | 124          | 3     | 7    | 8        |
|            | напиток    |        | Сок фруктовый     | 200      | 18,00 | 88           | 1     | 0    | 21       |
|            | хлеб бел.  |        | Хлеб пшеничный    | 60       | 5,16  | 103          | 5     | 2    | 26       |
|            | хлеб черн. |        | Хлеб ржаной       | 20       | 1,72  | 48           | 1     | 1    | 17       |
|            |            |        |                   |          |       |              |       |      |          |
|            |            |        |                   |          |       |              |       |      |          |
|            |            |        |                   |          |       |              |       |      |          |
| Полдник    |            |        |                   |          |       |              |       |      |          |
|            |            |        |                   |          |       |              |       |      |          |
|            |            |        |                   |          |       |              |       |      |          |

[illegible]

