

Г.А. Горюцкая

22.04.2025

| Прием пищи | Раздел       | № рец. | Блюдо                           | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|---------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор. блюдо   | 216    | Картофель тушеный               | 200      | 34,98 | 244          | 7     | 10   | 17       |
|            | закуска      | 81     | Капуста маринованная            | 60       | 4,51  | 54           | 3     | 3    | 6        |
|            | гор. напиток | 693    | Какао на молоке                 | 200      | 17,40 | 161          | 4     | 4    | 23       |
|            | 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      | 181    | Уха с перловой крупой           | 200      | 16,81 | 115          | 3     | 5    | 22       |
|            | гарнир       | 508    | Каша гречневая                  | 200      | 12,00 | 95           | 3     | 4    | 15       |
|            | 2 блюдо      | 431    | Печень по "Строгоновски"        | 90       | 32,55 | 168          | 10    | 10   | 8        |
|            | закуска      | 85     | Салат: Кукуруза с яйцом и луком | 80       | 22,76 | 92           | 4     | 4    | 10       |
|            | напиток      | 701    | Напиток из яблок                | 200      | 7,30  | 102          | 0     | 0    | 17       |
|            | хлеб бел.    |        | хлеб пшеничный                  | 60       | 5,16  | 103          | 5     | 2    | 26       |
|            | хлеб черн.   |        | хлеб ржаной                     | 20       | 1,72  | 48           | 1     | 1    | 17       |
|            |              |        |                                 |          |       |              |       |      |          |
|            |              |        |                                 |          |       |              |       |      |          |
| Полдник    |              |        |                                 |          |       |              |       |      |          |
|            |              |        |                                 |          |       |              |       |      |          |
|            |              |        |                                 |          |       |              |       |      |          |
|            |              |        |                                 |          |       |              |       |      |          |

[illegible]

