



17.11.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	199	Каша "Янтарная" с яблоками	160	114-50	255,50	9,80	10,50	34,20
	гор.напиток	453	Чай с сахаром	200		40,00	0,10	0,20	10,00
	хлеб	576	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25		65,25	1,90	0,70	12,90
	фрукты	9.1	Яблоко свежее	100		44,40	0,40	0,40	9,80
Обед		227	Яйцо отварное	40		68,00	5,70	4,80	0,30
	закуска	385	Огурец солёный порционно	60	171-80	6,60	0,48	0,06	1,20
	1 блюдо	91	Щи по-уральски с крупой, курицей и сметаной	220		82,60	3,07	4,97	14,70
	2 блюдо	299	Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	120		184,60	10,70	11,60	9,50
	гарнир	360	Пюре картофельное	150		154,00	2,10	5,60	30,00
	напиток	425	Компот из сухофруктов	200		76,00	0,44	0,08	18,30
	хлеб	576	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		130,50	3,75	1,45	25,80
	хлеб	575	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40		79,20	2,72	0,52	15,92