



1

17.11.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	199	Каша "Янтарная" с яблоками	200		319,38	12,25	12,88	40,00
	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	100		11,00	0,80	0,10	2,00
	1 блюдо	91	Щи по-уральски с крупой, курицей и сметаной	270		101,37	3,77	6,10	18,04
	2 блюдо	299	Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	120		186,33	11,59	11,70	10,29
	гарнир	360	Пюре картофельное	180		184,80	2,52	6,72	36,00
	напиток	425	Компот из сухофруктов	200		76,00	0,44	0,08	18,30
	хлеб	576	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	60		156,60	4,50	1,74	30,96
	хлеб	575	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50		99,00	3,40	0,65	19,90