

День:
неделя:
Возрастная категория:

6 понедельник
2

ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

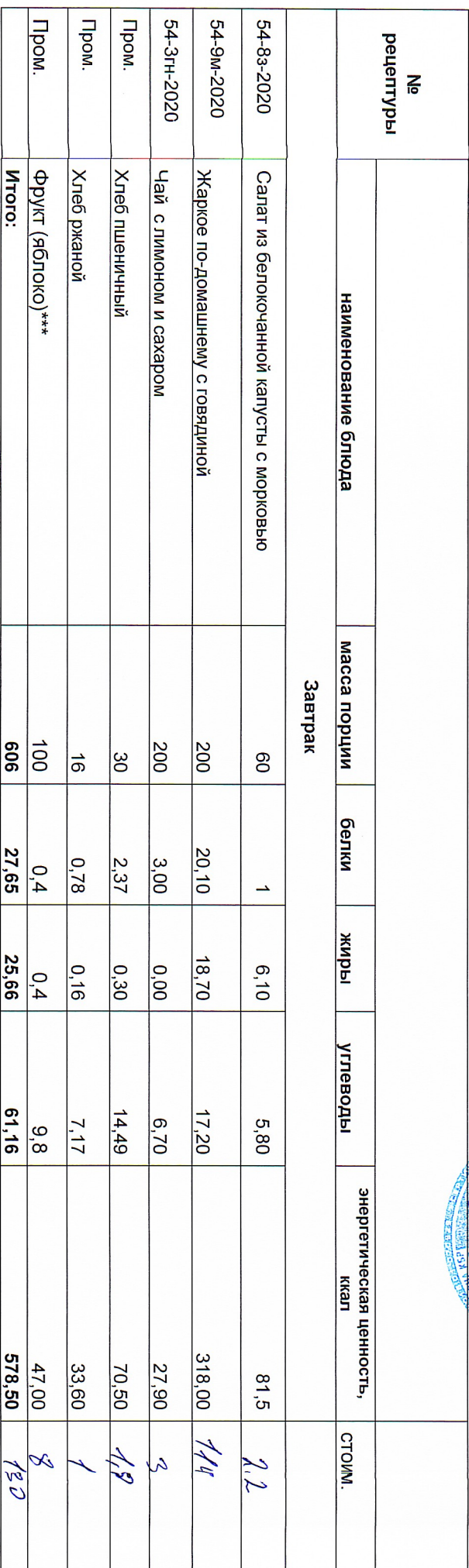
Сезон:



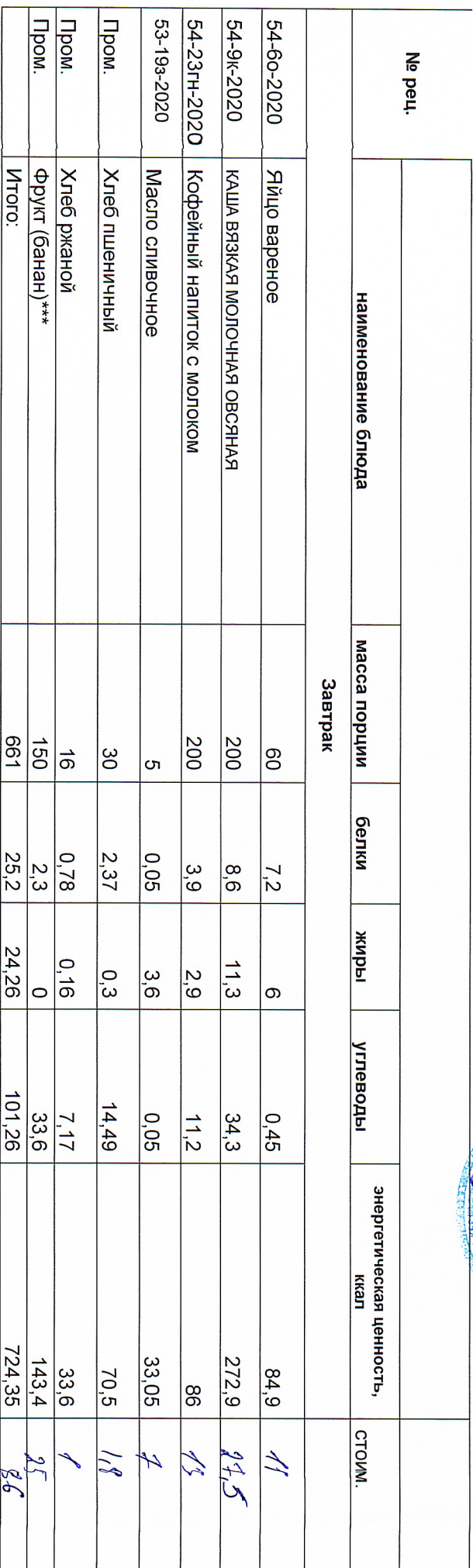
№ рецеп.							
	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
Завтрак							
54-13-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7,00	8,80	0,00	107,50	21
54-16к-2020	Каша "Дружба"	200	5,00	5,80	24,10	168,90	19
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	14
53-19з-2020	Масло сливочное	5	0,05	3,6	0,05	33,05	4
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	18
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	4
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый	30	2,27	3,19	15,45	77,17	10
	Итого:	511	17,67	21,85	67,76	517,52	61

День:
Возрастная категория:

7 Вторник



День: 8 среда
Возрастная категория:





день:

09.10.25

9 четверг

возрастная категория:

№ реч.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	100	18,87	22,00	5,50	295,7	90
54-8з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,10	5,80	81,5	2,2
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4	18
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	4,4
53-19з-2020	Масло сливочное	5	0,05	3,6	0,05	33,05	7
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	1,8
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	1
	Итого:	561,00	26,82	37,46	60,61	680,55	101

10 пятница

№ реч.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
Завтрак							
54-5с-2020	Суп с фрикадельками мясными и овощами	200	8,64	4,32	13,92	129	68
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	6,00	3,60	12,60	100,40	14
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	18
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,6	1
Пром.	Фрукт (банан)***	150	2,3	0	33,6	143,4	15
	Итого:	596	20,09	8,38	81,78	476,9	110

