

14.11.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Котлета куриная	70		218.4	6.65	12.6	19.6
	гор.блюдо	304	Рис отварной	100		70	2.43	3.58	24.46
	гор.напиток	459	Чай с лимоном	180		35.09	0.02	0.09	8.55
	хлеб		Хлеб пшеничный	50		116.82	3.94	0.5	24.14
	фрукты	338	Яблоко	80		75.6	1.2	0.4	16.8
	кисломол.	14	Масло сливочное (порциями)	20		74.64	0.16	16.4	0.26
Обед	закуска								
	1 блюдо	127	Суп гороховый	200		97.74	5.92	2.62	12.62
	2 блюдо		Котлета куриная	90		281.69	8.58	16.25	25.28
	гарнир	304	Рис отварной	150		209.65	3.64	5.37	36.69
	напиток	459	Чай с лимоном	180		35.13	0.03	0.09	8.55
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	80		187.04	6.32	0.8	38.64
	хлеб черн.								