

Категория: примерное

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Пл. цена, руб.
				Б	Ж	У		
День 10								
65	ЗАВТРАК	Горошек зеленый,	15	3,45	0,18	7,99	45,41	4,35
210	ЗАВТРАК	Омлет натуральный,	180	9,11	8,15	2,38	119,21	30,8
267	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,40	2,9
268	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,02	60,20	2,54
267	ЗАВТРАК	Молоко цельное,	200	6,00	5,00	9,40	106,00	28
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			620	20,64	13,58	46,86	384,22	68,59
12	ОБЕД	Салат из свежих томатов	100	0,74	5,23	5,11	68,16	27,00
63	ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми ,	250	8,60	5,90	25,57	190,10	28,00
169	ОБЕД	Рис отварной с маслом сливочным,	200	4,94	6,20	49,64	267,00	20,00
129	ОБЕД	Мясо птицы тушенное	90	14,08	15,71	0,00	213,75	92,00
267	ОБЕД	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,40	3,00
291	ОБЕД	Кисель ,	200	0,00	0,00	9,98	39,90	8,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			865	30,34	33,29	102,37	832,31	176