

Приём пиц	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход г	Цена	Калорийно
Завтрак	гор.блюдо	264	Каша пшеничная	200	10,2	240
		105	Бутерброд с маслом	10	5,2	112,2
	гор. напиток	500	Кофейный напиток со сгущ.	200	8,4	113
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	40	2,25	94
Завтрак 2	фрукты					
Обед	закуска					
	1 блюдо					
	2 блюдо	377	Картофельная запеканка с мясом	200	47,97	380
	гарнир					
	сладкое	357	Компот из яблок с лимоном	200	3,32	103
	хлеб бел	108	Хлеб пшеничный	80	4,5	188
	хлеб черн	109	Хлеб ржаной	40	1,39	94

ая с.Шляпники День 2
Неделя 1

Белки	Жиры	Углеводы
6,2	7,46	37
0,075	8,25	0,12
2,9	2	20,9
3,04	0,32	19,68
23,3	23,5	18,9
0,3	0,2	25,1
6,08	0,64	39,36
2,64	0,48	13,36