

Приём пиц	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход г	Цена	Калорийно
Завтрак	гор.блюдо	264	Каша пшеничная	250	10,75	303,75
		70	Масло сливочное	15	9,8	112,2
	гор. напиток	500	Кофейный напиток со сгущ.	200	7,5	113
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	40	2,25	94
Завтрак 2	фрукты					
Обед	закуска					
	1 блюдо					
	2 блюдо	377	Картофельная запеканка с мясом	230	56,07	437
	гарнир					
	сладкое	357	компот из яблок с лимоном	200	3,32	38
	хлеб бел	108	Хлеб пшеничный	40	2,25	94
	хлеб черн	109	Хлеб ржаной	40	1,39	94

ая с.Шляпники День 2

Неделя 1

Белки	Жиры	Углеводы
9,25	9,35	45,6
0,075	8,25	0,12
2,9	2	20,9
3,04	0,32	19,68
26,79	27,02	21,73
0,2	0,1	9,3
2,64	0,48	13,36
2,64	0,48	13,36