

Отд./корп с. Шляпники

День 30.09.2022

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                      | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|----------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 260    | Каша "Дружба"              | 200      | 11,75 | 283          | 7     | 15   | 31       |
|            | гор.напиток | 501    | Кофейный напиток с молоком | 200      | 4,60  | 79           | 3     | 3    | 16       |
|            | хлеб        | 108    | Хлеб пшеничный             | 80       | 4,50  | 188          | 6     | 1    | 40       |
|            | хол.блюда   | 65     | Бутерброд с джемом         | 30       | 9,50  | 88           | 1     | 2    | 16       |
|            |             |        |                            |          |       |              |       |      |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                            |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                            |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                            |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     |        |                            |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     | 161    | Суп-пюре из разных овощей  | 250      | 18,70 | 132          | 4     | 6    | 16       |
|            | 2 блюдо     | 406    | Плов из отварной птицы     | 200      | 22,92 | 393          | 18    | 17   | 42       |
|            | гарнир      |        |                            |          |       |              |       |      |          |
|            | сладкое     |        |                            |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб бел.   | 108    | Хлеб пшеничный             | 80       | 5,37  | 188          | 6     | 1    | 39       |
|            | хлеб черн.  | 109    | Хлеб ржаной                | 40       | 4,50  | 94           | 40    | 1    | 13       |
|            | напиток     | 503    | Кисель                     | 200      | 1,39  | 122          | 200   | 0    | 29       |
|            |             |        |                            |          |       |              |       |      |          |