

Отд./корп	с. Шляпники
-----------	-------------

День	10.10.2022
------	------------

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	266	Каша геркулесовая	200	9,90	240	6	7	37
	гор.напиток	496	Какао с молоком	200	9,30	114	4	3	25
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	80	2,40	188	3	1	20
	булочные	100	Бутерброд с сыром	50	5,60	19	3	3	34
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо	405	Кура в соусе с томатом	150	27,73	192	14	14	4
	гарнир	237	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,40	34	11	11	50
	сладкое								
	хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный	80	2,40	188	6	1	39
	хлеб черн.	109	Хлеб ржаной	80	2,50	94	3	1	13
	напиток	518	Сок	200	13,00	92	1	0	1