

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

|      |            |
|------|------------|
| День | 15.12.2022 |
|------|------------|

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо               | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|---------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 262    | Каша манная         | 250      | 9,50  | 269          | 8     | 9    | 39       |
|            | гор.напиток | 457    | Чай с молоком       | 200      | 3,32  | 38           | 0     | 0    | 9        |
|            | хлеб        | 108    | Хлеб пшеничный      | 40       | 2,25  | 94           | 3     | 0    | 20       |
|            | булочные    | 64     | Бутерброд с маслом  | 50       | 11,70 | 197          | 0     | 0    | 9        |
|            |             |        |                     |          |       |              |       |      |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                     |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                     |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                     |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     |        |                     |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     |        |                     |          |       |              |       |      |          |
|            | 2 блюдо     | 345    | Котлета рыбная      | 100      | 43,92 | 136          | 17    | 3    | 12       |
|            | гарнир      | 429    | Картофельное пюре   | 250      | 15,68 | 184          | 4     | 1    | 22       |
|            | сладкое     |        |                     |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб бел.   | 108    | Хлеб пшеничный      | 80       | 2,25  | 94           | 3     | 1    | 13       |
|            | хлеб черн.  | 109    | Хлеб ржаной         | 80       | 1,39  | 94           | 3     | 1    | 13       |
|            | напиток     | 507    | Компот из св.плодов | 200      | 3,32  | 38           | 0     | 0    | 9        |
|            |             |        |                     |          |       |              |       |      |          |