



День 23.01.2023
 а

Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
I смену	гор. блюдо	1222	каша, перловая	200г	21-44	2844	10	96	39,5	
	гор. блюдо	1244	омлет с помидорами	15г	15-54	13413	16	39	23,4	
	хлеб	1253	хлеб пшеничный	15г	1-56	35,2	1,1	0,1	4,4	
	гор. напиток	1159	чай с сахаром	200г	5-92	58,2	0,3	0,1	14,2	
	фрукты	122	апельсин - 1 шт	200г	13-50	66,15	0,6	0,6	14,7	
II смену	ИТОГО:				88,32	548,85				
	закуска	122	салат из моркови, яблока	100г	13-12	89,3	0,9	6,2	4,5	
	1-блюдо	1216	суп из рыбы, свежая	250г	13-03	139,3	7,5	9,2	6,7	
	2 блюдо	1208	картофель жареный	100г	30-58	90	1,1	2,1	6,1	
	гарнир	1254	картофель, в масле	200г	26-84	220,6	4,6	9,4	26,3	
	сладкое	1215	чай с сахаром	200г	6-93	83,5	0,6	0,1	20,1	
	хлеб бел.	1213	хлеб пшеничный	60г	6-24	140,6	4,6	0,5	29,5	
	хлеб черн.	1250	хлеб ржаной	15г	11-25	99,4	9,6	9,7	18,5	
	ИТОГО:				10-50	162,3	1,2	9,2	18,8	
	Итого: 1203 1018,3									