



27.12.2021

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо								
	гор. напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		борщ	200		200,39	7,37	9,71	20,31
	2 блюдо		пшено	180		230,165	8,104	5,757	36,609
	гарнир		сардельки						
	сладкое		сок	200		92,00	1,00	0,2	20,2
	хлеб бел.		хлеб	30		79,6	2,16	0,52	16,40
	хлеб черн.								
			банан	120		115,2	1,8	0,6	25,2