

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход | Цена |
|------------|------------------|--------|--|--------|------|
| Завтрак | молочный продукт | | Йогурт фруктовый | 1шт. | 0 |
| | 2 блюдо | 297.94 | Запеканка из творога с молоком сгущенн | 150/25 | 0 |
| | напиток | 376.17 | Чай с сахаром | 200 | 0 |
| Обед | салат | 47.17 | Салат из квашеной капусты | 60 | 0 |
| | 1 блюдо | 111.17 | Суп вермишелевый с цыпленком | 200 | 0 |
| | 2 блюдо | 386.04 | Рыба,запеченная под молочным соусом | 50/50 | 0 |
| | гарнир | 312.17 | Картофельное пюре | 160 | 0 |
| | напиток | 631.04 | Компот из свежих фруктов | 200 | 0 |
| | фрукты | | Яблоко свежее | 150 | 0 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 32,5 | 0 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 20 | 0 |
| Обед ГПД | салат | 47.17 | Салат из квашеной капусты | 60 | 0 |
| | 1 блюдо | 111.17 | Суп вермишелевый с цыпленком | 250 | 0 |
| | 2 блюдо | 386.04 | Рыба,запеченная под молочным соусом | 50/50 | 0 |
| | гарнир | 312.17 | Картофельное пюре | 180 | 0 |
| | напиток | 376.17 | Чай с сахаром | 200 | 0 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 32,5 | 0 |

Дата 15.11.2022

| Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------|-------|------|----------|
| 102 | 1,80 | 3,50 | 17,90 |
| 375 | 34,14 | 6,19 | 44,35 |
| 41 | 0,20 | 0,05 | 10,05 |
| 57 | 1,39 | 3,07 | 5,30 |
| 127 | 4,79 | 6,47 | 12,21 |
| 154 | 12,08 | 9,17 | 5,64 |
| 201 | 4,72 | 5,34 | 33,29 |
| 101 | 0,31 | 0,15 | 24,24 |
| 71 | 0,60 | 0,60 | 14,70 |
| 65 | 2,15 | 0,36 | 13,33 |
| 58 | 1,60 | 0,80 | 10,80 |
| 57 | 1,39 | 3,07 | 5,30 |
| 149 | 5,28 | 7,42 | 15,26 |
| 154 | 12,08 | 9,17 | 5,64 |
| 226 | 5,31 | 6,10 | 37,43 |
| 41 | 0,20 | 0,05 | 10,05 |
| 65 | 2,15 | 0,36 | 13,33 |