

[illegible]

[illegible]

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор. блюдо								
	Гор. напиток		Калмыцкий чай	220		174	3,2	3,2	34,6
	Хлеб		Хлеб с маслом и сыром	60 0,18		213 73,4	7,16 00,4	0,95 7,85	42,6 00,5
Завтрак 2	Фрукты	-	-	-	-	-	-	-	-
Обед	Закуска	-	-	-	-	-	-	-	-
	1 блюдо		Суп вермишелевый на костяном бульоне	220		172	6,5	85	17,3
	2 блюдо		Плов с мясом	180		455	28,1	15	59
	Гарнир		-						
	Сладкое		Чай сладкий печенье	200 1 шт		60 162,4	0,3 2,96	15,2 4	- 30,48
	Хлеб бел.		Хлеб пшеничный	100		276	9,3	1,2	55,4
	Хлеб черн.		-						

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор. блюдо		Каша пшеничная с маслом	180		133,6	4,8	1,16	25,32
	Гор. напиток		Какао	200		16,7	6,4	-	-
	Хлеб		Хлеб пшеничный	60		213	7,16	0,95	42,6
			Отварные яйца	1 шт		63,8	4,5	4,85	0,15
Завтрак 2	Фрукты	-	-	-	-	-	-	-	-
Обед	Закуска	-	-	-	-	-	-	-	-
	1 блюдо		Суп куриный	220		189,3	4,64	4	33,6
	2 блюдо		Каша перловая с маслом	180		137	7,5	1,1	36,61
	Гарнир		-						
	Сладкое		Чай сладкий	200		60	0,3	15,2	-
	Хлеб бел.		Хлеб пшеничный	100		276	9,3	1,2	55,4
	Хлеб черн.		-						

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор. блюдо		Суп молочный рисовый	220		312,2	11,16	12,24	39,5
	Гор. напиток		Чай сладкий	200		58	0,1	-	1,5
	Хлеб		Хлеб с маслом	60 0,18		213 73,4	7,16 00,4	0,95 7,85	42,6 00,5
Завтрак 2	Фрукты	-	-	-	-	-	-	-	-
Обед	Закуска	-	-	-	-	-	-	-	-
	1 блюдо		Суп перловый на мясном бульоне	220		260	11,6	9,12	3,2
	2 блюдо		Картофельное пюре с мясом подливой	180		203,4	2,84	6,99	519,36
	Гарнир		-						
	Сладкое		кисель	200		75	-	-	18
	Хлеб бел.		Хлеб пшеничный	100		276	9,3	1,2	55,4
	Хлеб черн.		-						

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор. блюдо		Каша гречневая с молоком	180		228	8,5	7,3	46,4
	Гор. напиток		Какао	200		16,7	6,4	-	-
	Хлеб		Хлеб пшеничный с маслом	60 10		213 73,4	7,16 00,4	0,95 7,85	42,6 00,5
Завтрак 2	Фрукты	-	-	-	-	-	-	-	-
Обед	Закуска	-	-	-	-	-	-	-	-
	1 блюдо		Борщ на мясном бульоне	220		106	2,4	5,16	12,0
	2 блюдо		Отварные макароны	180		273	8,1	11,25	34,95
	Гарнир		-						
	Сладкое		Чай сладкий	200		60	0,3	15,2	-
	Хлеб бел.		Хлеб пшеничный	100		276	9,3	1,2	55,4
	Хлеб черн.		-						

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор. блюдо		Каша пшеничная с маслом	180		133,6	4,8	1,16	25,32
	Гор. напиток		Какао	200		16,7	6,4	-	-
	Хлеб		Хлеб пшеничный	60		213	7,16	0,95	42,6
Завтрак 2	Фрукты	-	-	-	-	-	-	-	-
Обед	Закуска	-	-	-	-	-	-	-	-
	1 блюдо		Суп куриный	220		189,3	4,64	4	33,6
	2 блюдо		Каша перловая с маслом	180		137	7,5	1,1	36,61
	Гарнир		-						
	Сладкое		Чай сладкий	200		60	0,3	15,2	-
	Хлеб бел.		Хлеб пшеничный	100		276	9,3	1,2	55,4
	Хлеб черн.		-						

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор. блюдо								
	Гор. напиток		Калмыцкий чай	220		174	3,2	3,2	34,6
	Хлеб		Хлеб с маслом	60 0,18		213 73,4	7,16 00,4	0,95 7,85	42,6 00,5
			Отварные яйца	1 шт		63,8	4,5	4,85	0,15
Завтрак 2	Фрукты	-	-	-	-	-	-	-	-
Обед	Закуска	-	-	-	-	-	-	-	-
	1 блюдо		Суп вермишелевый на костяном бульоне	220		172	6,5	85	17,3
	2 блюдо		Плов с мясом	180		455	28,1	15	59
	Гарнир		-						
	Сладкое		Чай сладкий печенье	200 1 шт		60 162,4	0,3 2,96	15,2 4	- 30,48
	Хлеб бел.		Хлеб пшеничный	100		276	9,3	1,2	55,4
	Хлеб черн.		-						