

24 марта 2025 год

1 день	Завтрак							1 день
	Сыр, масло порциями	г	40	5,920	18,240	0,190	188,650	75/79*
	Омлет натуральный	г	130	11,200	17,400	3,000	212,000	301
	Суп молочный с макаронными изделиями	г	250	7,130	6,580	23,730	182,500	165
	Чай с молоком	г	200	1,500	1,300	15,900	81,000	495
	Батон нарезной	г	50	3,750	1,450	25,700	131,000	111
	Итого завтрак:		670	29,500	44,970	68,520	795,150	
	Второй завтрак							
	Йогурт	г	200	10,000	6,400	17,000	174,000	517
	Булочка Российская	г	60	4,300	5,000	35,300	203,000	567
	Итого второй завтрак:		260	14,300	11,400	52,300	377,000	
	Обед							
	Огурец свежий	г	100	0,800	0,100	2,500	14,000	106
	Щи из свежей капусты с картофелем	г	250	2,540	6,500	8,100	99,200	142
	Гуляш мясной	г	120	20,600	22,000	4,200	297,000	367
	Каша гречневая рассыпчатая	г	180	9,360	20,520	41,400	387,600	237
	Компот из смеси сухофруктов	г	200	0,50	0,00	27,00	110,000	508
	Хлеб ржано-пшеничный	г	30	1,980	0,360	10,200	54,300	110
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111
	Итого обед:		900	37,280	50,060	103,680	1 014,500	
	Полдник							
	Яблоко (поштучно)	г	150	0,530	0,530	12,890	61,840	112
	Конфета	г	15	0,38	1,35	11,55	60	
	Сок фруктовый	г	200	1,00	0,20	0,20	92,000	518
	Итого полдник:		365	1,910	2,080	24,640	213,840	
	Итого за день:			82,990	108,510	249,140	2 400,490	