



«12» января 2024 г.

4 день	Выход (гр)	Ккал	Стоимость (руб.)
Завтрак:			
1 Омлет с овощами	80	142,8	12,40
2 Печенье	20	161	3,25
3 Хлеб	20	90,5	0,65
4 Какао с молоком	180	150,45	9,70
Всего за автрак		454,25	26
2-й завтрак:			
1 Сок	150	123	6
Обед:			
1 Борщ со свежей капустой	250	145,37	5,49
2 Каша гречневая	130	135	5,98
3 Котлета мясная	70	209,97	29,30
4 Хлеб	50	90,5	1,63
5 Компот из сухофруктов	180	100,46	2,31
Всего за обед		687,03	44,71
Полдник:			
1 Каша из круп вязкая	150	303	10,02
2 Коф.напиток с молоком	200	141,15	8,18
3 Батон	40	187,2	2,38
Всего за полдник		400,2	20,57
Всего за день:		1664,48	97,28