



«13» января 2023 г.

5 день	Выход (гр)	Ккал
Завтрак:		
1 Каша вязкая из смеси круп	200	264,80
2 Бутерброд с маслом	45	187,2
3 Чай с сахаром	180	107,95
		559,95
2-й завтрак:		
1 Яблоко	100	123
Обед:		
1 Суп картофельный с бобами	250	151,33
2 Пюре картофельное	180	152,5
3 Котлеты рыбные	80	117
4 Кисель из концентрат	180	129,25
5 Хлеб	50	90,5
		655,48
Полдник:		
1 Макароны изд. отварные с маслом	130	103,4
2 Яйцо	1	182,7
3 Чай с сахаром	180	56,85
		428,9
Всего за день:		1767,33