



«13» октября 2023г.

10 день	Выход (гр)	Ккал	Стоимость (руб.)
Завтрак:			
1 Каша «Дружба»	200	278,55	11,67
2 Какао с молоком	180	150,45	9,69
3 Бутерброд с маслом	45	187,2	4,02
Всего за завтрак		518,12	25,38
2-й завтрак:			
1 Яблоко	100	123	6,50
Обед:			
1 Суп картофельный рыбный с крупой	250	127,95	5,20
2 Жаркое по-домашнему	190	334,08	23,94
3 Компот из сухофруктов	180	100,46	2,23
4 Хлеб	50	90,5	1,63
Всего за обед		666,79	33,08
Полдник:			
1 Булочка домашняя	70	376,84	11,88
2 Винегрет овощной	90	133,00	5,22
3 Чай с сахаром	180	56,85	0,73
4 Хлеб	20	54,3	0,65
Всего за полдник		478,84	18,48
Всего за день:		1786,75	64,96