



«20» января 2023г.

10 день	Выход (гр)	Ккал	Стоимость (руб)
Завтрак:			
1 Каша молочная «Геркулес»	200	245,86	11,96
2. Чай с сахаром	180	52,37	0,80
3. Бутерброд с маслом и сыром	53	223,2	9,45
Всего за завтрак		521,43	22,21
2-й завтрак:			
1 Сок	150	123,00	6
Обед:			
1 Суп крестьянский с крупой	250	181,99	3,39
2 Голубцы ленивые	120	272,65	24,33
3 Кисель из концентрата	180	129,25	3,36
4 Хлеб	50	90,5	1,63
Всего за обед		682,46	32,79
Полдник:			
1 Пюре картофельное	150	152,5	8,53
2 Рыба тушеная с овощами	80	109,68	13,04
3 Чай с молоком	180	391	6,55
4 Хлеб	20	54,3	0,65
Всего за полдник		451,33	28,77
Всего за день:		1778,22	89,77