



«29» ноября 2023 г.

3 день	Выход (гр)	Ккал	Стоимость (руб.)
Завтрак:			
1 Молочная пшеничная каша	200	206,43	11,86
2 Бутерброд с маслом	45	180	5,11
3 Коф.напиток с молоком	200	141,15	8,18
Всего за завтрак		438,8	25,15
2-й завтрак:			
1 Яблоко	100	123	17,60
Обед:			
1 Свекольник	250	109,75	5,88
2 Суфле мясное с рисом	120	205	22,85
3 Компот из сухофруктов	180	124,7	2,31
4 Хлеб	50	90,5	1,63
Всего за обед		578,5	32,67
Полдник:			
1 Пудинг из творога	150	271,98	27,94
2 Соус молочный на сгущ.молоке	40	50,75	5,61
3 Чай с сахаром	180	56,85	0,81
Всего за полдник		462,18	34,36
Всего за день:		1929,59	109,79