



«30» октября 2023г.

1 день	Выход (гр)	Ккал	Стоимость блюда (руб.)
Завтрак:			
1 Макароны отварные с сыром	130	278,8	8
2 Бутерброд с маслом	45	171,45	5,11
3 Чай с сахаром	180	56,85	0,81
Всего за завтрак		507,1	13,92
2-й завтрак:			
1 Яблоко	100	123	6,50
Обед:			
1 Рассольник ленинградский	250	147,3	5,68
2 Капуста тушеная	120	157,38	10,04
3 Куры отварные	60	156,71	17,76
4 Компот из яблок	180	100,46	2,28
5 Хлеб	50	90,5	1,63
Всего за обед		705,61	37,39
Полдник:			
1 Пюре картофельное	160	157,38	9,08
2 Рыба тушеная с овощами	80	109,68	13,27
3 Коф.напиток с молоком	200	150,45	8,25
4 Хлеб	20	72,4	0,65
Всего за полдник		544,21	31,25
Всего за день:		1752,81	89,06