



«31» января 2023 г.

7 день	Выход (гр)	Ккал	Стоимость (руб.)
Завтрак:			
1 Каша пшеничная на молоке	200	255,01	11,88
2 Чай с сахаром	180	59,39	0,80
3 Бутерброд с маслом	45	180	5,10
Всего за завтрак		494,4	17,78
2-й завтрак:			
1 Сок	150	123	6
Обед:			
1 Суп картофельный с клёцками	250	145,82	5,19
2 Птица тушеная с овощами	100	209	24,41
4 Компот из яблок	180	100,46	2,27
5 Хлеб	50	90,5	1,63
Всего за обед		746,91	33,58
Полдник:			
1 Икра кабачковая	80	36,86	8,80
2 Котлеты рыбные	70	187,07	13,94
3 Чай с сахаром	180	56,85	0,80
4 Хлеб	20	78,6	0,65
Всего за полдник		330,93	24,19
Всего за день:		1695,24	81,55