

Меню на 23 декабря 2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	закуска									
		28.02	фрукт порционно /апельсин	150	23.17	40	0.9	0.2	8.1	
	2 блюдо	340.33	омлет запеченный с картофелем	150	19.86	349.9	107	36	15.81	
	напиток	303.16	кофейный напиток	200	18.71	141.28	5	3.2	24.66	
	хлеб	5.01	хлеб пшеничный	50	1.80	117.5	3.8	0.4	24.3	
Обед	закуска	52	салат из свеклы	100	4.67	62.38	1.43	2.60	8.55	
	1 блюдо	514.19	фрикадельки мясные с бульоном	250	41.40	274.9	12.60	13.34	27.85	
	2 блюдо	489.07	рагу из птицы	250	38.87	236.00	15.73	14.66	28.92	
	напиток	407	сок	200	8.67	86.40	0.20	0.30	22.20	
	хлеб	5.01	хлеб пшеничный	50	1.80	117.5	3.8	0.4	24.3	
			0							