

## Меню на 29 декабря 2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска								
		28.01	фрукт порционно /Яблоко	150	15.00	42.7	0.4	0.4	10
	2 блюдо	279.35	тефтели "Детские"	90	44.81	229.59	12.51	17.31	6.05
	напиток	318	Овощи тушеные в молочном соусе	100	11.20	60.6	2.06	1.88	8.83
	хлеб	407	Сок	200	20.50	86.39	0.2	0.26	22.2
		5.01	хлеб	50	1.80	117.50	3.80	0.40	24.30
Обед	закуска	10.01	салат Витаминный	100	6.43	85.00	3.20	4.20	13.00
	1 блюдо	124.26	Щи из свежей капусты	250	18.97	89.7	1.76	4.95	7.90
	2 блюдо	436.99	картофель тушеный, с мясными изделиями	230	44.01	331.08	13.76	14.78	34.55
	напиток	349.1	компот из сухофруктов	200	12.40	76.75	0.22	0.00	19.44
	хлеб	5.01	хлеб пшеничный	50	1.80	117.50	3.80	0.40	24.30
				0					