

Бүтотова Г.А.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	20	Омлет натуральный	200		259,00	17,08	19,27	5,06
	гор.напиток	21	Чай с лимоном	200		59,00	0,06	0,01	15,18
	хлеб	2	Батон с маслом и сыром	59		177,00	6,33	8,02	19,74
	фрукты	ГП	Апельсины	120		56,40	0,48	0,48	11,76
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	32	Кукуруза консервированная отварная	100		58,00	2,20	0,40	11,20
	1 блюдо	23	Суп-уха (с рыбной консервой)	250		135,00	7,52	3,77	36,05
	2 блюдо	15	Котлеты и из птицы	100		241,53	11,00	15,37	14,80
	гарнир	17	Макаронные изделия с овощами	180		213,60	5,99	7,37	33,28
	напиток	8	Сок	200		75,00	1,00	0,20	20,20
	хлеб бел.	ГП	Хлеб пшеничный	30		62,40	2,40	0,45	12,03
	хлеб черн.	ГП	Хлеб ржаной	30		60,00	1,47	0,30	13,44