№№ рец	Наименование блюд	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
	5/17/2023				
	ЗАВТРАК				
	Сыр	15	4	4.1	0
	Масло сливочное	10	0.1	7.2	0.1
	Омлет с капустой, масло сливочное	100/5	7.2	8.6	2.1
	Котлета рыбная "Здоровье"	50/5	8.3	4.5	3.4
	Чай с сахаром	200	0.1	0	15
	Фрукты свежие (банан)	150	2.3	0	33.6
	Хлеб пшеничный	50	3.7	1.5	25.7
	ИТОГО:		25.7	25.9	79.9
	ОБЕД				
	Салат из белокочанной капусты со слад	100	1.5	10.1	4.7
	Суп картофельный с горохом	250	7.9	5.3	23.3
	Плов с говядиной	250	27	14.7	47.2
	Сок яблочный	200	1	0	18.2
	Хлеб пшеничный, ржаной	100	6.8	3	47
	ИТОГО:		44.2	33.1	140.4
	ПОЛДНИК				
	Молоко Ультра	200	5.6	6.4	9.4

Энергет. Цен., ккал
54.2
66
114.3
87.4
57
135.6
125
639.5
115.4
171
437
76
215
1014.4
116