



|19.03.2024

| Прием<br>пищи | Раздел      | № рец.    | Блюдо                                                | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---------------|-------------|-----------|------------------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак       | гор.блюдо   | 54-11г-2м | Сложный гарнир: гуляш из говядины, картофельное пюре | 240      | 82,42 | 348          | 18    | 20   | 23       |
|               | гор.напиток | TK№5      | Напиток витаминизированный (Витоша)                  | 200      | 8,24  | 80           | 0     | 0    | 19       |
|               | хлеб        | Пром      | Хлеб пшеничный,ржаной                                | 60       | 3,60  | 122          | 4     | 1    | 25       |
|               |             |           |                                                      |          |       |              |       |      |          |
|               |             |           |                                                      |          |       |              |       |      |          |
| Завтрак 2     | фрукты      |           |                                                      |          |       |              |       |      |          |
|               |             |           |                                                      |          |       |              |       |      |          |
|               |             |           |                                                      |          |       |              |       |      |          |
| Обед          | закуска     | 54-12з    | Икра морковная                                       | 80       | 13,09 | 91           | 2     | 6    | 8        |
|               | 1 блюдо     | 54-18с    | Свекольник (со сметаной)                             | 200      | 9,17  | 88           | 2     | 4    | 11       |
|               | 2 блюдо     | 54-25м    | Курица тушеная с морковью                            | 100      | 39,61 | 126          | 14    | 6    | 4        |
|               | гарнир      | 54-12г    | Каша пшенная рассыпчатая                             | 150      | 8,09  | 226          | 6     | 7    | 36       |
|               | сладкое     | 54-3гн    | Чай с лимоном и сахаром                              | 200      | 3,07  | 28           | 0     | 0    | 7        |
|               | хлеб бел.   | Пром.     | Хлеб пшеничный                                       | 45       | 2,92  | 106          | 3     | 0    | 22       |
|               | хлеб черн.  | Пром.     | Хлеб ржаной                                          | 30       | 1,65  | 51           | 2     | 0    | 10       |
|               |             |           |                                                      |          |       |              |       |      |          |
|               |             |           |                                                      |          |       |              |       |      |          |