
на " 30 09 2026г.

[illegible]

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г	
белки	жиры	углеводы				
				Завтрак		
15,3	14,7	38,6	348,2	Плов с отварной говядины	200	
2,28	0,24	14,76	70,3	Хлеб пшеничный	30	
4,7	3,5	8,9	85,9	Какао с молоком	200	
1,1	3,2	10	73,4	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	
1,3	0,2	6,7	34,2	Хлеб ржаной	20	
24,7	21,8	79	612		510	
0	0	0	0		0	
0	0	0	0		0	

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г	
белки	жиры	углеводы				
				Завтрак		
2,35	4,85	13,71	124,49	Картофельное пюре	150	
13,4	8,28	5,06	147,6	Рыба запеченная в сметанном соусе (минтай)	80	
3,8	5,4	4	67,1	Винегрет с растительным маслом	60	
0,14	0,04	9,53	39,99	Чай с сахаром	180	
3,8	0,4	24,6	117,2	Хлеб пшеничный	40	
0,6	0,6	14,7	66,6	Яблоко	100	
24,09	19,54	71,6	562,98		610	

0	0	0	0		0	
0	0	0	0		0	