



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углеводы		
Обед						
Салат «Витаминный»	100	3	7	28	130	5,93
Плов из отварной птицы	350	23	23	30	403	67,72
Хлеб пшеничный	60	5	1	35	140	7,70
Компот из свежих фруктов	200	0	0	29	110	7,16
Итого за обед	710	31	31	122	783	88,51

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углеводы		
Обед						
Салат «Витаминный»	150	4	10	42	195	8,33
Плов из отварной птицы	350	23	23	30	403	67,72
Хлеб пшеничный	60	5	1	35	140	7,70
Компот из свежих фруктов	200	0	0	29	110	7,16
Итого за обед	760	32	34	126	848	90,91

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углеводы		
Завтрак						
Каша манная	250	6	8	28	210	26,75
Бутерброд с маслом	60/9	5	9	29	216	22,12
Какао с молоком	200	4	3	26	143	26,18
Итого за завтрак	519	15	20	83	569	75,05
Обед						
Салат «Витаминный»	150	4	10	42	195	8,33
Плов из отварной птицы	350	23	23	30	403	67,72
Хлеб пшеничный	60	5	1	35	140	7,70
Компот из свежих фруктов	200	0	0	29	110	7,16
Бананы	250	4	0	53	142	48,79
Итого за обед	1010	36	34	189	1075	139,70
Итого за день	1529	51	54	272	1644	214,75