



Э.Г.Шарипова

День 17.12.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	2 блюдо	374/04	Рыба тушеная с овощами	50/50	35,67	172	15,8	8,3	8,4
	гарнир	520/04	Картофельное пюре	180	14,93	199	4	6,3	31,7
	напиток	692/04	Кофейный напиток с молоком	200	7,03	140	4,9	5	22,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/30	3,47	63,4	2,43	0,36	12,6
	хлеб		Хлеб ржаной	1/35	3,09	61,2	2,43	0,36	11,2
	Итого				64,19	635,6	29,56	20,32	86,4

День 17.12.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	десерт		Десерт фрукт."Апельсин"	100	11,78	115,4	2,3	0	20,8
	гарнир	334/04	Макар.запеч.с сыром с/м	195/5	47,7	218	5,3	4,7	38,4
	напиток	685/04	Чай с сахаром	200/50	1,8	142	1,6	2,8	24,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/30	3,47	63,4	2,43	0,36	12,6
	Итого				64,75	538,8	11,63	7,86	96