|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  | | --- | |  | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | | | |  |
| |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **На 07 марта 2024 года** | | | | | |  | | **Наименование** | белки на 100гр | жиры на 100 гр | углеводы на 100гр | кало-ть на 100гр | вес порции (грамм) |  | |  |  |  |  |  |  |  | | **Завтрак** | | | | | | | | Гуляш из мяса отварного | 8,3 | 9,8 | 7,9 | 154 | 75 | C:\Users\Admin\Downloads\product_image_148901_286305 (3).jpg63,00 | | Картофельное пюре | 3,2 | 8,3 | 21,8 | 189 | 150 | 31,00 | | Чай с сахаром | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 200/15 | 6,00 | | Хлеб пшеничный | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 35 | 20 | 2,00 | |  |  |  |  |  | **итого** | **98,00** | | ***Обед*** | | | | | | | | Борщ с птицей | 2 | 5,2 | 13,1 | 106 | 200/15 | 35,00 | | Котлета мясная | 11,9 | 10,8 | 12 | 196 | 90 | 89,00 | | Рис отварной | 3,6 | 6,0 | 36,8 | 219 | 140 | 23,00 | | Томат свежий |  |  |  |  | 20 | 6,00 | | Компот из кураги | 0,2 | 0 | 8,3 | 31 | 200 | 24,00 | | Хлеб дарницкий | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 35 | 20 | 2,00 | |  |  |  |  |  | **итого** | **179,00** | | ***Полдник*** | | | | | | | | Булочка с маком | 6,4 | 2,6 | 43 | 243 | 65 | 15,00 | | ССН «Сочная долина» | 0,1 | 0,1 | 12 | 50 | 200 | 27,00 | |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  | **итого** | **42,00** | | ***Комплекс 1*** | | | | | | | | Салат Светлый | 2 | 21 | 1,9 | 190 | 100 | 58,00 | | Булочка Минутка | 5,7 | 6,2 | 48 | 280 | 70 | 29,00 | | Чай с сахаром | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 200/15 | 6,00 | | Хлеб дарницкий | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 35 | 20 | 2,00 | |  |  |  |  |  | **Итого** | **95,00** | | ***Комплекс 2*** | | | | | | | | Котлета мясная | 11,9 | 10,8 | 12 | 196 | 90 | 89,00 | | Рис отварной | 3,6 | 6,0 | 36,8 | 219 | 150 | 25,00 | | Чай с сахаром | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 200/15 | 6,00 | | Сдоба с повидлом | 7,8 | 9,3 | 29 | 234 | 75 | 26,00 | | Хлеб дарницкий | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 35 | 40 | 4,00 | |  |  |  |  |  | **Итого** | **150,00** | |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |