

Меню
10 июня 2025 г

День 7

№ рецепт	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эп. ценность, ккал	Стоимость, руб.
	Завтрак						
401	Оладьи с повидлом	150/30	17,53	16,88	98,20	458,47	22,71
382	Какао с молоком	200/15	0,60	0,60	14,70	70,50	20,76
	Итого	395	0.18	0.17	1.13	5.29	43,47
	Обед						
102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	4,27	16,54	148,25	13,60
291	Плов из птицы	260	23,42	26,63	47,39	388,00	68,43
389	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,27	0,00	22,80	127,27	19,52
ПР	Хлеб обогащенный	20	2,10	0,26	12,88	62,40	2,30
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,49	0,29	12,53	61,30	3,07
	Итого	760	0.33	0.31	1.12	7.87	106,92
	Всего	1155	0.51	0.49	2.25	13.16	150,39

Индивидуальный предприниматель

А.Н.Переседов

Меню

10 июня 2025 г

День 7

№ рецепт	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эп. ценность, ккал	Стоимость, руб.
	Завтрак						
401	Оладьи с повидлом	150/30	17,53	16,88	98,20	458,47	22,71
382	Какао с молоком	200	0,60	0,60	14,70	70,50	20,76
	Итого	395	0.18	0.17	1.13	5.29	43,47
	Обед						
102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	4,27	16,54	148,25	13,60
291	Плов из птицы	260	23,42	26,63	47,39	388,00	68,43
389	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,27	0,00	22,80	127,27	19,52
ПР	Хлеб обогащенный	20	2,10	0,26	12,88	62,40	2,30
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,49	0,29	12,53	61,30	3,07
	Итого	760	0.33	0.31	1.12	7.87	106,92
	Всего	1155	0.51	0.49	2.25	13.16	150,39

Индивидуальный предприниматель

А.Н.Переседов