

Аверьянов А.А.



Меню Понедельник - 2 с 1-3 лет

Выход	Название	Ед.	Цена
Завтрак			
3	Масло сливочное Пищевая ценность: Белки - 0,02 г, Жиры - 2,18 г, Углеводы - 0,04 г, Калорийность - 19,83 ккал	пор	
150	Каша манная на молоке Пищевая ценность: Белки - 7,04 г, Жиры - 6,25 г, Углеводы - 30,02 г, Калорийность - 205,65 ккал	пор	
150	Какао с молоком Пищевая ценность: Белки - 3,07 г, Жиры - 2,54 г, Углеводы - 12,88 г, Калорийность - 87,56 ккал	пор	
25	Батон йодированный Пищевая ценность: Белки - 1,75 г, Жиры - 0,25 г, Углеводы - 11,5 г, Калорийность - 55 ккал	пор	
ИТОГО: 328 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 11,88 г, Жиры - 11,22 г, Углеводы - 54,45 г, Калорийность - 368,05 ккал		

Второй завтрак			
100	Сок в ассортименте Пищевая ценность: Белки - 0,55 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 12,2 г, Калорийность - 51 ккал	пор	
ИТОГО: 100 гр	Пищевая ценность второго завтрака: Белки - 0,55 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 12,2 г, Калорийность - 51 ккал		

Обед			
155	Щи из свежей капусты со сметаной Пищевая ценность: Белки - 1,33 г, Жиры - 3,89 г, Углеводы - 6,2 г, Калорийность - 65,26 ккал	пор	
160	Макаронник с мясом Пищевая ценность: Белки - 12,62 г, Жиры - 28,07 г, Углеводы - 34,42 г, Калорийность - 441,46 ккал	пор	
10	Соус сметанный Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,41 г, Углеводы - 0,56 г, Калорийность - 6,56 ккал	пор	
150	Компот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 11,74 г, Калорийность - 47,31 ккал	пор	
35	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,98 г, Жиры - 1,16 г, Углеводы - 16,91 г, Калорийность - 90,65 ккал	пор	
ИТОГО: 510 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 17,11 г, Жиры - 33,55 г, Углеводы - 69,83 г, Калорийность - 651,25 ккал		

Полдник			
200	Молоко кипяченое Пищевая ценность: Белки - 5,8 г, Жиры - 5 г, Углеводы - 9,6 г, Калорийность - 108 ккал	пор	
ИТОГО: 200 гр	Пищевая ценность полдника: Белки - 5,8 г, Жиры - 5 г, Углеводы - 9,6 г, Калорийность - 108 ккал		

Ужин			
60	Салат из свеклы отварной Пищевая ценность: Белки - 0,86 г, Жиры - 2,46 г, Углеводы - 5,07 г, Калорийность - 45,77 ккал	пор	
50	Суфле рыбное Пищевая ценность: Белки - 11,29 г, Жиры - 11,08 г, Углеводы - 4,25 г, Калорийность - 146,02 ккал	пор	
100	Картофель отварной Пищевая ценность: Белки - 2,04 г, Жиры - 3,7 г, Углеводы - 16,36 г, Калорийность - 107,08 ккал	пор	
20	Печенье Пищевая ценность: Белки - 1,56 г, Жиры - 3,08 г, Углеводы - 13,86 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
180	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,1 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 11,09 г, Калорийность - 45,49 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47 ккал	пор	
ИТОГО: 430 гр	Пищевая ценность ужина: Белки - 17,37 г, Жиры - 20,49 г, Углеводы - 60,47 г, Калорийность - 479,35 ккал		
Стоимость			231,48

ИТОГО: 1 568 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 52,71 г, Жиры - 70,36 г, Углеводы - 206,55 г, Калорийность - 1 657,65 ккал		
-----------------	--	--	--



Аверьянов А.А.

Меню

Вторник - 2 с 1-3 лет

Выход	Название	Ед.	Цена
Завтрак			
7	Сыр порционный Пищевая ценность: Белки - 1,82 г, Жиры - 1,83 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 24,09 ккал	пор	
150	Каша пшённная молочная Пищевая ценность: Белки - 5,22 г, Жиры - 4,54 г, Углеводы - 21,59 г, Калорийность - 148,85	пов	
150	Кофейный напиток с молоком Пищевая ценность: Белки - 2,3 г, Жиры - 1,88 г, Углеводы - 12,31 г, Калорийность - 75,83 ккал	пов	
25	Батон йодированный Пищевая ценность: Белки - 1,75 г, Жиры - 0,25 г, Углеводы - 11,5 г, Калорийность - 55 ккал	пов	
ИТОГО: 332 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 11,08 г, Жиры - 8,5 г, Углеводы - 45,4 г, Калорийность - 303,77 ккал		

Второй завтрак			
100	Сок в ассортименте Пищевая ценность: Белки - 0,55 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 12,2 г, Калорийность - 51 ккал	пор	
ИТОГО: 100 гр	Пищевая ценность второго завтрака: Белки - 0,55 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 12,2 г, Калорийность - 51 ккал		

Обед			
150	Суп гороховый Пищевая ценность: Белки - 3,85 г, Жиры - 4,33 г, Углеводы - 11,48 г, Калорийность - 100,43	пов	
50	Зразы рубленые Пищевая ценность: Белки - 2,98 г, Жиры - 9,81 г, Углеводы - 7,19 г, Калорийность - 148,23 ккал	пов	
100	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 2,16 г, Жиры - 3,41 г, Углеводы - 13,96 г, Калорийность - 95,48	пов	
150	Компот ассорти Пищевая ценность: Белки - 0,17 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 10,46 г, Калорийность - 47,7 ккал	пов	
35	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,98 г, Жиры - 1,16 г, Углеводы - 16,91 г, Калорийность - 90,65	пов	
ИТОГО: 485 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 16,74 г, Жиры - 18,76 г, Углеводы - 60 г, Калорийность - 482,49 ккал		

Полдник			
100	Фрукт Пищевая ценность: Белки - 0,4 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 9,8 г, Калорийность - 47 ккал	пор	
100	Ряженка Пищевая ценность: Белки - 2,9 г, Жиры - 2,5 г, Углеводы - 4,2 г, Калорийность - 54 ккал	пор	
ИТОГО: 200 гр	Пищевая ценность полдника: Белки - 3,3 г, Жиры - 2,9 г, Углеводы - 14 г, Калорийность - 101 ккал		

Ужин			
60	Салат из моркови с изюмом Пищевая ценность: Белки - 0,79 г, Жиры - 0,08 г, Углеводы - 13,91 г, Калорийность - 60,41	пов	
100	Запеканка творожная Пищевая ценность: Белки - 17,39 г, Жиры - 9,49 г, Углеводы - 20,28 г, Калорийность - 239,62	пов	
40	Соус молочный сладкий Пищевая ценность: Белки - 1,71 г, Жиры - 1,15 г, Углеводы - 7,57 г, Калорийность - 47,77 ккал	пов	
180	Кисель витаминизированный Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 16,77 г, Калорийность - 68,16 ккал	пов	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47 ккал	пор	
ИТОГО: 400 гр	Пищевая ценность ужина: Белки - 21,41 г, Жиры - 10,89 г, Углеводы - 68,37 г, Калорийность - 462,96 ккал		
Стоимость			231,48

ИТОГО: 1 517 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 53,08 г, Жиры - 41,15 г, Углеводы - 199,97 г, Калорийность - 1 401,23 ккал		
------------------------	--	--	--



Аверьянов А.А.

Меню
Среда - 2 с 1-3 лет

Выход	Название	Ед.	Цена
Завтрак			
3	Масло сливочное Пищевая ценность: Белки - 0,02 г, Жиры - 2,18 г, Углеводы - 0,04 г, Калорийность - 19,83 ккал	пор	
150	Каша геркулесовая молочная Пищевая ценность: Белки - 6,62 г, Жиры - 6,85 г, Углеводы - 24,49 г, Калорийность - 186,95	пор	
150	Какао с молоком Пищевая ценность: Белки - 3,07 г, Жиры - 2,54 г, Углеводы - 12,88 г, Калорийность - 87,56	пор	
25	Батон йодированный Пищевая ценность: Белки - 1,75 г, Жиры - 0,25 г, Углеводы - 11,5 г, Калорийность - 55 ккал	пор	
ИТОГО: 328 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 11,47 г, Жиры - 11,82 г, Углеводы - 48,91 г, Калорийность - 349,35 ккал		

Второй завтрак			
100	Сок в ассортименте Пищевая ценность: Белки - 0,55 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 12,2 г, Калорийность - 51 ккал	пор	
ИТОГО: 100 гр	Пищевая ценность второго завтрака: Белки - 0,55 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 12,2 г, Калорийность - 51 ккал		

Обед			
150	Суп из овощей Пищевая ценность: Белки - 2,94 г, Жиры - 5 г, Углеводы - 6,66 г, Калорийность - 83,56 ккал	пор	
120	Плов из мяса птицы (куры) Пищевая ценность: Белки - 9,88 г, Жиры - 9,17 г, Углеводы - 25,87 г, Калорийность - 225,15	пор	
150	Компот из свежих яблок Пищевая ценность: Белки - 0,12 г, Жиры - 0,12 г, Углеводы - 12,92 г, Калорийность - 54 ккал	пор	
35	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,98 г, Жиры - 1,16 г, Углеводы - 16,91 г, Калорийность - 90,65	пор	
ИТОГО: 455 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 15,92 г, Жиры - 15,44 г, Углеводы - 62,35 г, Калорийность - 453,36 ккал		

Полдник			
100	Фрукт Пищевая ценность: Белки - 0,4 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 9,8 г, Калорийность - 47 ккал	пор	
100	Отвар из шиповника Пищевая ценность: Белки - 0,27 г, Жиры - 0,11 г, Углеводы - 10,85 г, Калорийность - 50,65	пор	
ИТОГО: 200 гр	Пищевая ценность полдника: Белки - 0,67 г, Жиры - 0,51 г, Углеводы - 20,65 г, Калорийность - 97,65 ккал		

Ужин			
60	Винегрет овощной Пищевая ценность: Белки - 1,03 г, Жиры - 4,12 г, Углеводы - 5,15 г, Калорийность - 62,04 ккал	пор	
50	Котлеты рыбные Пищевая ценность: Белки - 6,3 г, Жиры - 5,7 г, Углеводы - 4,43 г, Калорийность - 83,68 ккал	пор	
75	Пирожок с картофелем Пищевая ценность: Белки - 5,62 г, Жиры - 4,39 г, Углеводы - 33,8 г, Калорийность - 196,95	пор	
150	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,09 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 8,91 г, Калорийность - 36,61 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47 ккал	пор	
ИТОГО: 355 гр	Пищевая ценность ужина: Белки - 14,56 г, Жиры - 14,38 г, Углеводы - 62,13 г, Калорийность - 426,28 ккал		
Стоимость			231,48

ИТОГО: 1 438 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 43,16 г, Жиры - 42,26 г, Углеводы - 206,24 г, Калорийность - 1 377,64 ккал
-----------------	--

Зав.производством:

/()

Аверьянов А.А.

Меню
Понедельник - 2 с 3-7 лет

Выход	Название	Ед.	Цена
Завтрак			
5	Масло сливочное Пищевая ценность: Белки - 0,04 г, Жиры - 3,63 г, Углеводы - 0,07 г, Калорийность - 33,05 ккал	пор	
200	Каша манная на молоке Пищевая ценность: Белки - 9,4 г, Жиры - 8,66 г, Углеводы - 40,06 г, Калорийность - 277,35 ккал	пор	
200	Какао с молоком Пищевая ценность: Белки - 4,03 г, Жиры - 3,35 г, Углеводы - 17,04 г, Калорийность - 115,55 ккал	пор	
30	Батон йодированный Пищевая ценность: Белки - 2,1 г, Жиры - 0,3 г, Углеводы - 13,8 г, Калорийность - 66 ккал	пор	
ИТОГО: 435 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 15,57 г, Жиры - 15,94 г, Углеводы - 70,96 г, Калорийность - 491,95 ккал		
Второй завтрак			
100	Сок в ассортименте Пищевая ценность: Белки - 0,55 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 12,2 г, Калорийность - 51 ккал	пор	
ИТОГО: 100 гр	Пищевая ценность второго завтрака: Белки - 0,55 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 12,2 г, Калорийность - 51 ккал		
Обед			
210	Щи из свежей капусты со сметаной Пищевая ценность: Белки - 1,81 г, Жиры - 5,68 г, Углеводы - 7,99 г, Калорийность - 90,55 ккал	пор	
180	Макаронник с мясом Пищевая ценность: Белки - 14,2 г, Жиры - 31,59 г, Углеводы - 38,73 г, Калорийность - 496,73 ккал	пор	
10	Соус сметанный Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,41 г, Углеводы - 0,56 г, Калорийность - 6,56 ккал	пор	
200	Компот из сухофруктов, 200 Пищевая ценность: Белки - 0,06 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 15,99 г, Калорийность - 64,41 ккал	пор	
45	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,83 г, Жиры - 1,49 г, Углеводы - 21,74 г, Калорийность - 116,55 ккал	пор	
ИТОГО: 645 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 20,04 г, Жиры - 39,18 г, Углеводы - 85,01 г, Калорийность - 774,8 ккал		
Полдник			
200	Молоко кипяченое Пищевая ценность: Белки - 5,8 г, Жиры - 5 г, Углеводы - 9,6 г, Калорийность - 108 ккал	пор	
ИТОГО: 200 гр	Пищевая ценность полдника: Белки - 5,8 г, Жиры - 5 г, Углеводы - 9,6 г, Калорийность - 108 ккал		
Ужин			
60	Салат из свеклы отварной Пищевая ценность: Белки - 0,86 г, Жиры - 2,46 г, Углеводы - 5,07 г, Калорийность - 45,77 ккал	пор	
60	Суфле рыбное Пищевая ценность: Белки - 13,54 г, Жиры - 13,3 г, Углеводы - 5,1 г, Калорийность - 175,23 ккал	пор	
100	Картофель отварной Пищевая ценность: Белки - 2,04 г, Жиры - 3,7 г, Углеводы - 16,36 г, Калорийность - 107,08 ккал	пор	
20	Печенье Пищевая ценность: Белки - 1,56 г, Жиры - 3,08 г, Углеводы - 13,86 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,11 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 12,1 г, Калорийность - 49,55 ккал	пор	
30	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
ИТОГО: 470 гр	Пищевая ценность ужина: Белки - 20,4 г, Жиры - 22,79 г, Углеводы - 67,24 г, Калорийность - 536,12 ккал		
Стоимость			231,48
ИТОГО: 1 850 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 62,35 г, Жиры - 83,01 г, Углеводы - 245,01 г, Калорийность - 1 961,87 ккал		

Зав.производством:

/()

Аверьянов А.А.

Меню
Вторник - 2 с 3-7 лет

Выход	Название	Ед.	Цена
Завтрак			
9	Сыр порционный Пищевая ценность: Белки - 2,34 г, Жиры - 2,35 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 30,96 ккал	пор	
200	Каша пшённая молочная Пищевая ценность: Белки - 6,96 г, Жиры - 7,02 г, Углеводы - 28,81 г, Калорийность - 207,28 ккал	пов	
200	Кофейный напиток с молоком Пищевая ценность: Белки - 3,06 г, Жиры - 2,51 г, Углеводы - 16,41 г, Калорийность - 101,11 ккал	пов	
30	Батон йодированный Пищевая ценность: Белки - 2,1 г, Жиры - 0,3 г, Углеводы - 13,8 г, Калорийность - 66 ккал	пов	
ИТОГО: 439 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 14,46 г, Жиры - 12,18 г, Углеводы - 59,02 г, Калорийность - 405,35 ккал		

Второй завтрак			
100	Сок в ассортименте Пищевая ценность: Белки - 0,55 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 12,2 г, Калорийность - 51 ккал	пов	
ИТОГО: 100 гр	Пищевая ценность второго завтрака: Белки - 0,55 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 12,2 г, Калорийность - 51 ккал		

Обед			
200	Суп гороховый Пищевая ценность: Белки - 5,04 г, Жиры - 4,45 г, Углеводы - 15,42 г, Калорийность - 121,99 ккал	пов	
60	Зразы рубленые Пищевая ценность: Белки - 9,05 г, Жиры - 10,32 г, Углеводы - 8,74 г, Калорийность - 165,13 ккал	пов	
120	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 2,59 г, Жиры - 4,09 г, Углеводы - 16,75 г, Калорийность - 114,52 ккал	пов	
200	Компот ассорти Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,61 г, Калорийность - 62,27 ккал	пов	
45	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,83 г, Жиры - 1,49 г, Углеводы - 21,74 г, Калорийность - 116,55 ккал	пор	
ИТОГО: 625 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 20,72 г, Жиры - 20,41 г, Углеводы - 76,26 г, Калорийность - 580,47 ккал		

Полдник			
100	Сметана Пищевая ценность: Белки - 0,4 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 9,8 г, Калорийность - 47 ккал	пов	
150	Ряженка Пищевая ценность: Белки - 4,35 г, Жиры - 3,75 г, Углеводы - 6,3 г, Калорийность - 81 ккал	пов	
ИТОГО: 250 гр	Пищевая ценность полдника: Белки - 4,75 г, Жиры - 4,15 г, Углеводы - 16,1 г, Калорийность - 128 ккал		

Ужин			
80	Салат из моркови с изюмом Пищевая ценность: Белки - 1,05 г, Жиры - 0,11 г, Углеводы - 18,54 г, Калорийность - 80,54 ккал	пов	
120	Запеканка творожная Пищевая ценность: Белки - 20,91 г, Жиры - 10,1 г, Углеводы - 24,33 г, Калорийность - 276,15 ккал	пов	
50	Соус молочный сладкий Пищевая ценность: Белки - 2,14 г, Жиры - 1,44 г, Углеводы - 9,46 г, Калорийность - 59,69 ккал	пор	
200	Кисель витаминизированный Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 19,19 г, Калорийность - 77,95 ккал	пов	
30	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
ИТОГО: 480 гр	Пищевая ценность ужина: Белки - 26,37 г, Жиры - 11,89 г, Углеводы - 86,28 г, Калорийность - 564,83 ккал		
Стоимость			231,48

ИТОГО: 1 894 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 66,85 г, Жиры - 48,73 г, Углеводы - 249,86 г, Калорийность - 1 729,64 ккал		
-----------------	--	--	--



Аверьянов А.А.

Меню

Среда - 2 с 3-7 лет

Выход	Название	Ед.	Цена
Завтрак			
5	Масло сливочное Пищевая ценность: Белки - 0,04 г, Жиры - 3,63 г, Углеводы - 0,07 г, Калорийность - 33,05 ккал	пор	
200	Каша геркулесовая молочная Пищевая ценность: Белки - 8,89 г, Жиры - 11,32 г, Углеводы - 32,54 г, Калорийность - 268,76	пор	
200	Какао с молоком Пищевая ценность: Белки - 4,03 г, Жиры - 3,35 г, Углеводы - 17,04 г, Калорийность - 115,55 ккал	пор	
30	Батон йодированный Пищевая ценность: Белки - 2,1 г, Жиры - 0,3 г, Углеводы - 13,8 г, Калорийность - 66 ккал	пор	
ИТОГО: 435 гр		Пищевая ценность завтрака: Белки - 15,06 г, Жиры - 18,6 г, Углеводы - 63,45 г, Калорийность - 483,36 ккал	

Второй завтрак			
100	Сок в ассортименте Пищевая ценность: Белки - 0,55 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 12,2 г, Калорийность - 51 ккал	пор	
ИТОГО: 100 гр		Пищевая ценность второго завтрака: Белки - 0,55 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 12,2 г, Калорийность - 51 ккал	

Обед			
200	Суп из овощей Пищевая ценность: Белки - 3,31 г, Жиры - 6,05 г, Углеводы - 8,89 г, Калорийность - 103,51 ккал	пор	
150	Плов из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 12,34 г, Жиры - 11,1 г, Углеводы - 32,2 г, Калорийность - 277,51 ккал	пор	
200	Компот из свежих яблок Пищевая ценность: Белки - 0,15 г, Жиры - 0,15 г, Углеводы - 17,1 г, Калорийность - 71,39 ккал	пор	
45	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,83 г, Жиры - 1,49 г, Углеводы - 21,74 г, Калорийность - 116,55 ккал	пор	
ИТОГО: 595 гр		Пищевая ценность обеда: Белки - 19,64 г, Жиры - 18,79 г, Углеводы - 79,92 г, Калорийность - 568,96 ккал	

Полдник			
100	Фрукт Пищевая ценность: Белки - 0,4 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 9,8 г, Калорийность - 47 ккал	пор	
150	Отвар из шиповника Пищевая ценность: Белки - 0,41 г, Жиры - 0,17 г, Углеводы - 16,28 г, Калорийность - 75,98 ккал	пор	
ИТОГО: 250 гр		Пищевая ценность полдника: Белки - 0,81 г, Жиры - 0,57 г, Углеводы - 26,08 г, Калорийность - 122,98 ккал	

Ужин			
100	Винегрет овощной Пищевая ценность: Белки - 1,55 г, Жиры - 6,17 г, Углеводы - 7,79 г, Калорийность - 93,4 ккал	пор	
60	Котлеты рыбные Пищевая ценность: Белки - 7,7 г, Жиры - 7,95 г, Углеводы - 5,48 г, Калорийность - 111,41 ккал	пор	
75	Пирожок с картофелем Пищевая ценность: Белки - 5,62 г, Жиры - 4,39 г, Углеводы - 33,8 г, Калорийность - 196,95 ккал	пор	
200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,11 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 12,1 г, Калорийность - 49,55 ккал	пор	
30	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
ИТОГО: 465 гр		Пищевая ценность ужина: Белки - 17,26 г, Жиры - 18,77 г, Углеводы - 73,92 г, Калорийность - 521,81 ккал	
Стоимость			231,48

ИТОГО: 1 845 гр		Пищевая ценность дня: Белки - 53,31 г, Жиры - 56,83 г, Углеводы - 255,56 г, Калорийность - 1 748,11 ккал	
------------------------	--	--	--

Зав.производством:

/()