  

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4 день питания | | | | | | | | |
| Приём пищи | Раздел | Блюдо | Выход | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо | Каша рисовая | 200 | 0 | 260.5 | 6.1 | 6.9 | 43.4 |
| Завтрак | гор.напиток | Чай | 200 | 0 | 24 | 0 | 0 | 6 |
| Завтрак | не указано | Сыр порциями | 10 | 0 | 35.8 | 2.3 | 3 | 0 |
| Завтрак | хлеб | Хлеб из муки пшеничной | 40 | 0 | 104.7 | 3 | 1.2 | 20.6 |
| Завтрак | булочное | Булочка с изюмом или выпечка п/п | 50 | 0 | 157.7 | 4.4 | 3.8 | 26.5 |
| Обед | закуска | Икра кабачковая | 60 | 13 | 46.7 | 0.7 | 2.8 | 4.6 |
| Обед | 1 блюдо | Суп картофельный с бобовыми (горохом) с курицей | 200 | 21 | 120.3 | 4.3 | 4.5 | 15.7 |
| Обед | 2 блюдо | Биточки рыбные | 90 | 46 | 168.2 | 18.6 | 3.8 | 14.9 |
| Обед | гарнир | Пюре картофельное | 150 | 14 | 145.6 | 3.3 | 5 | 22 |
| Обед | напиток | Компот из плодов сухих | 200 | 7 | 119.4 | 0.6 | 0.1 | 29.1 |
| Обед | хлеб бел. | Хлеб из муки пшеничной | 20 | 2 | 52.3 | 1.5 | 0.6 | 10.3 |
| Обед | хлеб черн. | Хлеб ржано - пшеничный | 40 | 2 | 92 | 2.2 | 0.4 | 19.8 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |