

14 мая 2021г.(пятница)					
Завтрак					
Каша рисовая молочная вязкая	200	7,76	10,0	43,52	296,0
Чай с сахаром	200	0,1	0	6,98	28,0
Хлеб пшеничный	20	3,28	0,56	0,52	78,0
Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8
Итого за завтрак:	460	16,22	15,16	51,3	464,8
Обед					
Салат витаминный	100	8,22	6,8	24,73	74,80
Суп картофельный с клецками	250	6,74	6,76	22,24	159,50
Жаркое по-домашнему	260	39,57	10,73	45,92	380,92
Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62,0
Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,5
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	0,24	36,2
Итого за обед:	860	58,44	24,97	108,72	771,92
Итого за день:	1320	74,66	40,13	160,02	1236,72