

Обед					
Салат из капусты с морковью	100	1,42	5,08	9,02	87,40
Суп картофельный с клецками	250	6,74	6,76	22,24	159,50
Азу (говядина);	260	24,18	31,98	18,98	461,76
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
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	36,32	44,48	64,87	831,36
Итого за день:	1300	53,76	59,19	115,49	1295,16
21 мая 2021г.(пятница)					
Завтрак					
Каша овсяная на молоке	200	8,0	6,9	34,2	232,0
Чай с сахаром	200	0,1	0	6,98	28,0
Хлеб пшеничный	20	3,28	0,56	0,52	78,0
Итого за завтрак:	420	11,38	7,46	41,7	338,0
Обед					
Салат из моркови с яблоками	100	1,08	0,18	16,95	67,33
Суп картофельный с бобовыми на овощном бульоне	250	5,49	5,27	16,33	134,75
Тефтели	100/30	14,72	16,14	18,62	278,75
гарнир: каша пшеничная	180	7,92	5,26	42,32	256,45
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:	880	33,12	27,53	110,05	893,98
Итого за день:	1300	44,50	34,99	151,75	1231,98