

**«15» сентября 2023г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Выход, г.** | **Калорийность, ккал/Дж** | **Цена** |
| **Завтрак** | | | |
| Каша рисовая | 180/200 | 241,11 | 19,13 |
| Какао | 180/200 | 30/125,6 |
| Хлеб с маслом | 40/5 | 184,772,8 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |
| Сок | 180/200 | 100/420 | 11,74 |
| **Обед** | | | |
| Свекольник | 180/200 | 154,84/641,93 | 53,74 |
| Гуляш из курицы | 60/20 | 144,94/608,75 |
| Лапша отварная | 100/120 | 175,87/738,65 |
| Напиток витаминный | 180/200 | 113,474,6 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 50/30 | 117,5/4917,5 |
| **Полдник** | | | |
| Чай | 180/200 | 30/125,6 | 4,12 |
| **Сырник с повидлом** | 60/10 | 206,32/866,54 |
| **Ужин** | | | |
| Пюре из картофеля и моркови | 80/100 | 212/896,8 | 28,06 |
| Хлеб пшеничный | 40/40 | 117,5/497,5 |
| Чай | 180/200 | 30/125,6 |
| **ИТОГО** |  | **1862,6/7822,92** | **116,77** |