

25.01.22

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	311	каша гречневая	250	26,36	129.			
	337	Яйцо отварное	1	10,50	63			
	413	Сосиска отварная	60	29,64	133			
		Хлеб	55	5,67	59,4			
		масло слив.	10	4,85	47			
	686	Чай с сахаром	200	4,54	58			
					82,56	519,4		
Обед	181	Суп с рыбн. консерв.	250	31,95	167			
	206	картоф. пюре	250	22,07	189			
	424	Портушка	65	68,31	120			
	639	котлет из сух/фер. и шашлык	200	5,04	124			
		Хлеб	40	2,75	59,4			
					130,12	659,4		
		Итого						
		Полная стоимость						

Калькулятор Ю.А.ЮрковаПовар Е.М.Бережных