

14.03.22

« _____ » _____ 20 г.

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	340	Омлет	100	25,81	199			
	413	Сосиска отв.	60	30,41	133			
		Хлеб	55	3,67	59,4			
		Масло слив	10	8,45	77			
		Сыр порционный	14	9,80	77			
	686	Чай с лимоном	200	4,88	60			
				83,02	600,4			
Обед	151	Суп рисовый с мясом	250	54,99	91			
	332	Роттши отвар	150	4,16	244,5			
	494	Курица жар. порционная	130	42,09	150,4			
		Хлеб	50	3,30	59,4			
	685	Чай с сахаром	200	2,15	60			
				109,69	605,30			
		Итого						
		Полная стоимость						

Калькулятор Ю.А.Юркова

Повар Е.М.Бережных