



## Ежедневное меню завтраков ( 2 неделя)

12.12.23

Неделя 2 2 день	Наименование блюда	Масса	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецепт
Завтрак	Кукуруза консервирован	60,00	13,45	1,20	0,20	6,10	31,30	54-21з
	Сельдь соленая	120,00	37,50	10,12	10,26	3,28	174,00	76
	Картофель отварной	150,00	8,93	2,98	5,84	20,65	155,00	125
	компот из свежих яблок	200,00	5,32	0,16	0,16	27,88	114,60	342
	Хлеб пшеничный	30,00	1,1	0,90	0,22	14,63	62,64	Пром.
	Хлеб ржаной	20,00	1,3	0,60	0,20	9,88	45,98	Пром.
		<b>580,00</b>	67,6					

