

25.01.2023 среда



День 8	Э.Н.ценность (ккал), белки, витамины (мг), углеводы (г), микроэлементы (мг)											Стоимость питания	
Завтрак													
Салат из свежих огурцов	60	0,44	6,05	1,37	56,00	0,02	5,46	0,00	16,24	23,80	7,86	0,36	
Рис отварной	150	3,81	5,32	33,69	207,18	0,04	0,00	29,90	8,79	60,32	19,15	0,58	
Сосиски отварные	65	4,76	8,58	0,37	118,75	0,06	0,00	0,00	22,75	41,34	0,98	0,29	
Хлеб пшеничный	30	2,07	0,30	11,55	57,90	0,06	0,00	0,00	6,90	26,10	3,90	0,60	
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	13,71	50,82	0,00	0,03	0,25	14,13	8,24	6,44	0,08	
Всего	505,00	11,28	20,30	60,69	490,65	0,18	5,49	35,61	68,81	159,81	38,33	1,91	65-00