**20 АПРЕЛЯ 2021 ГОДА**



|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец.** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции, г** | **Пищевые вещества, г** | **Энергетическая ценность, ккал** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |
| 71 | Капуста квашеная | 50 | 0,35 | 0,05 | 0,95 | 6,00 |
| 289 | Рагу из птицы | 175 | 12,81 | 10,65 | 15,20 | 208,00 |
| Н | Хлеб пшеничный | 30 | 2,00 | 0,15 | 10,50 | 58,50 |
| 377 | Чай с лимоном | 207 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 |
| 1 | Бутерброд с маслом сливочнным | 30 | 1,77 | 5,61 | 11,16 | 102,00 |
| 338 | Яблоко | 140 | 0,01 | 0,00 | 13,72 | 65,80 |
|  | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** |  | **17,07** | **16,48** | **66,73** | **502,30** |