21.05.2021 года



|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец.** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции, г** | **Пищевые вещества, г** | | | **Энергетическая ценность, ккал** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |
| 71 | Овощи натуральные свежие | 50 | 0,35 | 0,05 | 0,95 | 6,00 |
| 291 | Плов из птицы | 160 | 13,51 | 7,89 | 29,16 | 242,13 |
| Н | Хлеб пшеничный | 30 | 2,00 | 0,15 | 10,50 | 58,50 |
| 389 | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200 | 1,40 | 0,40 | 13,90 | 63,50 |
|  | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | **440,00** | **17,26** | **8,49** | **54,51** | **370,13** |