



MEHIO

на « 04 » февраля 2026года

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Цена блюда
	завтрак	525	27,1	20,96	76,22	603,2	107,7
№1,3-2004	Бутерброд с сыром и маслом	35	5,8	6,4	7,9	112,4	23,69
6/8-2011	Рагу из птицы	250	18,7	14,0	31	325	72,17
493/2013	Чай витаминный	200	0,7	0,1	19,8	82,9	8,0
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,2	0,36	8,12	41,6	1,87
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,97
	Обед	830	23,2	25,46	90,72	685,7	138,40
22-2013	<u>Салат из свежих помидор</u>	80	0,8	4,1	2,8	51,1	0
22	<u>Салат свекла с сыром</u>	80	4,6	9,8	6,5	113,2	20,38
148-2014	Суп лапша домашняя на курином бульоне	250	2,4	5,3	10,1	97,7	36,89
345	Биточки рыбные	90	14	11,6	13	212,4	39,92
534-2004	Капуста тушёная	150	3,1	3,9	12,4	97,1	27,5
512-2013	Компот (из изюма) сухофруктов	200	0,3	0	25,5	103,2	8,0
	Хлеб пшеничный	20	1,2	0,36	8,12	41,6	1,97
	Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,74
	Итого за день		50,3	46,42	166,94	1288,9	