

| 3 день | | | | | | | | | | |
|------------|--------|---|-------------|-------|--------------|-------|-------|----------|--|--|
| Прием пищи | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| ГПД | 139 | Суп картофельный с горохом | 290 | 13,05 | 242,4 | 9,48 | 4,44 | 37,8 | | |
| | 685 | Чай с сахаром | 200 | 1,65 | 35,00 | 0,00 | 0,00 | 9,00 | | |
| | пром. | Пряник | 30 | 7,80 | 1,92 | 5,04 | 20,52 | 120,00 | | |
| | пром. | Хлеб ржаной , пшеничный14/14 | 28 | 2,50 | 61,84 | 0,70 | 0,17 | 13,50 | | |
| | | итого | 548,00 | 25,00 | 341,16 | 15,22 | 25,13 | 180,30 | | |
| Прием пищи | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| ГПД | 124 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 190 | 12,57 | 69 | 1,3 | 4,25 | 6,4 | | |
| | 685 | Чай с сахаром | 200 | 1,65 | 35,00 | 0,00 | 0,00 | 9,00 | | |
| | пром. | Печенье | 30 | 8,28 | 2,20 | 3,90 | 22,30 | 167,00 | | |
| | пром. | Хлеб ржаной , пшеничный14/14 | 28 | 2,50 | 61,84 | 0,70 | 0,17 | 13,50 | | |
| | | итого | 448,00 | 25,00 | 168,04 | 5,90 | 26,72 | 195,90 | | |
| 5 день | | | | | | | | | | |
| Прием пищи | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| ГПД | 138 | Суп картофельный с гречкой | 200 | 9,54 | 89,6 | 2,08 | 2 | 15,44 | | |
| | 685 | Чай с сахаром | 200 | 1,65 | 35,00 | 0,00 | 0,00 | 9,00 | | |
| | пром. | Вафли | 30 | 11,31 | 58,53 | 0,42 | 3,30 | 58,53 | | |
| | пром. | Хлеб ржаной , пшеничный14/14 | 28 | 2,50 | 61,84 | 0,70 | 0,17 | 13,50 | | |
| | | итого | 458,00 | 25,00 | 244,97 | 3,20 | 5,47 | 96,47 | | |
| 6 день | | | | | | | | | | |
| Прием пищи | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| ГПД | 139 | Суп картофельный с горохом | 290 | 13,05 | 242,4 | 9,48 | 4,44 | 37,8 | | |
| | 685 | Чай с сахаром | 200 | 1,65 | 35,00 | 0,00 | 0,00 | 9,00 | | |
| | пром. | Пряник | 30 | 7,80 | 1,92 | 5,04 | 20,52 | 120,00 | | |
| | пром. | Хлеб ржаной , пшеничный14/14 | 28 | 2,50 | 61,84 | 0,70 | 0,17 | 13,50 | | |
| | | итого | 548,00 | 25,00 | 341,16 | 15,22 | 25,13 | 180,30 | | |