

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак*		№ 1 стр 95	Бутерброд с маслом 5/30	35		198,35	4,50	3,91	35,35
		№175стр164	Каша вязкая молочная "Дружба " 155	155		191,90	4,48	8,25	24,71
		№123	Чай с сахаром 150**	150		25,25	0,04	0,01	6,25
Второй завтрак*		№401ст316	Йогурт 100	100		75,00	2,93	2,50	10,20
Обед*		№32стр108	Салат из овощей с курагой и изюмом 30	30		34,62	0,47	1,84	4,06
		№ 81	Суп картофельный с горохом 150	150		80,85	3,29	3,16	9,79
		ттк№262	Бефстроганов из птицы 60	60		91,70	7,07	6,07	2,20
		№ 321ст280	Пюре картофельное 100	100		91,50	2,04	3,20	13,62
		№376 ст304	Компот из изюма +С витамин 150**	150		76,80	0,33	0,02	18,84
		ттк№250	Хлеб ржано-пшеничный 40	40		80,40	3,08	0,56	15,08
Полдник*			Лакомка с лимоном *50	50		233,00	2,90	8,25	36,45
		123/1	Чай с лимоном 150/3,5**	153,5		20,80	0,07	0,01	5,10
Ужин*		№186	Каша гречневая с овощами 120	120		145,50	4,03	6,25	18,29
		№376стр304	Компот из кураги 150**	150		76,80	0,33	0,01	18,84
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		65,10	2,01	0,30	13,59
		№338стр253	Яблоко свежее порционно 95	95		42,00	0,38	0,38	9,31
ВСЕГО:						151,00			