

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
		№2№168с174	Каша гречневая вязкая маслом, сахаром 120/5/5	130		133,87	3,76	3,92	20,80
		№ 397	Какао с молоком 180**	180		96,70	3,67	3,19	13,33
Второй завтрак*		№401стр316	Ряженка 100	100		51,00	2,90	2,50	4,20
Обед*		Т-Тк№289	"Уха "Золотая рыбка" 200/20	220		84,80	1,76	2,22	12,31
		№255стр212	Печень по-строгановски 30/30	60		111,00	7,95	6,74	2,20
		№205стр214	Макароны отварные 100/3с	103		108,50	3,79	2,32	18,16
		№398ст.314	Напиток из плодов шиповника 150**	150		57,85	0,51	0,21	13,48
		ттк№250	Хлеб ржано-пшеничный 40	40		80,40	3,08	0,56	15,08
Уплотненный полдник*		ттк№69/3	Корж " Маковый " * 50	50		263,00	3,70	14,30	29,90
		№142стр141	Картофель и овощи, тушеные в соусе 125	125		180,00	2,72	10,49	18,88
		№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

ВСЕГО: 151,00