

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак*		№3 стр 96	Бутерброд с маслом и сыром 5/10/30	45		234,75	6,80	6,81	35,35
		№185стр195	Каша жидкая молочная из ячневой крупы 150/5	155		203,00	5,05	7,72	28,34
		№123	Чай с сахаром 180**	180		30,40	0,06	0,02	7,50
Второй завтрак*		к/р№60	Кефир 100	100		50,00	2,90	2,50	4,00
Обед*			Кукуруза консервированная порционно 30	30		29,79	0,86	1,85	2,41
		№ 81стр133	Суп картофельный с горохом 200	200		107,80	4,39	4,21	13,25
		ттк№262	Бефстроганов из птицы 60	60		91,70	7,07	6,07	2,20
		№ 321ст280	Пюре картофельное 120	120		109,80	2,45	3,84	16,34
		№376 ст304	Компот из изюма +С вит. 1/180**	180		91,80	0,40	0,02	22,51
			Хлеб пшеничный 20	20		43,40	1,34	0,20	9,06
		Хлеб ржано-пшеничный 50	50		120,20	3,70	0,50	25,23	
Уплотненный полдник*		№186	Каша гречневая с овощами 150	150		175,80	4,82	7,67	21,86
		№376стр304	Компот из кураги 180**	180		91,84	0,40	0,02	22,52
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		78,51	2,37	0,39	16,38
		ттк№37	Кекс " Йогуртный " * 50	50		229,00	2,80	14,00	23,00

ВСЕГО:

179,00