

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
		№195стр177	Плов с фруктами 130	130		245,70	3,59	8,83	37,40
		№123/2	Чай с молоком 150**	150		68,81	2,65	2,33	9,31
Второй завтрак*		№398ст.314	Напиток из плодов шиповника 150**	150		57,85	0,51	0,21	13,48
Обед*		№ 75стр130	Рассольник Домашний 150	150		76,05	1,37	3,80	9,04
		№297стр237	Фрикадельки из бройлер-цыплят с соусом томатным 80 шк.	80		123,30	7,47	7,56	6,38
		№205стр214	Макароны отварные 100/3с	103		108,50	3,79	2,32	18,16
		№376стр304	Компот из смеси сухофруктов +С вит. 150**	150		76,78	0,33	0,01	18,83
		т/к250	Хлеб ржано-пшеничный 30	30		72,10	2,20	0,30	15,13
Уплотненный полдник*		№143стр142	Рагу из овощей 125	125		169,00	2,10	13,08	10,23
		№123	Чай с сахаром 150**	150		25,25	0,04	0,01	6,25
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		78,51	2,37	0,39	16,38
		№300	Печенье Чоко-Пай 1/28г	28		128,00	2,10	5,32	18,20
ВСЕГО:						179,00			