

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
		ттк№8/1	Омлет натуральный 130 шк.	130		254,00	11,46	22,00	2,20
		Ш-сб № 395	Кофейный напиток с молоком 150**	150		66,70	2,34	2,00	9,88
Второй завтрак*		№401стр316	Ряженка 100	100		51,00	2,90	2,50	4,20
Обед*		№20стр 103	Салат из белокочанной капусты 30	30		26,22	0,42	1,52	2,70
		№80стр132	Суп картофельный с пшеном 150	150		54,90	1,30	1,70	8,58
		т/к№112акт	Жаркое из цыплят 150	150		177,50	8,71	9,47	14,35
		ТТК№413	Напиток из свежей смородины 150	150		50,00	0,13	0,05	12,23
		ттк250	Хлеб ржано-пшеничный 30	30		72,10	2,20	0,30	15,13
Уплотненный полдник*		№239стр202	Тефтели рыбные с соусом томатным 30/30	60		81,15	4,00	4,22	6,79
		№315	Рис отварной 100	100		139,80	2,43	3,58	24,45
		№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
			Печенье "Ромашка" 1/50	50		285,00	4,00	12,60	39,00
<b>ВСЕГО:</b>						<b>179,00</b>			