

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
		№0182	Каша манная молочная жидкая 155	155		108,00	2,40	3,82	16,10
		№123/2	Чай с молоком 150**	150		68,81	2,65	2,33	9,31
Второй завтрак*		№401стр316	Йогурт 100	100		75,00	2,93	2,50	10,20
Обед*		№76стр130	Рассольник Ленинградский со сметаной 150/5	155		80,55	1,39	3,82	10,13
		№298с265	Голубцы ленивые из птицы.Соус сметанный 135	135		166,70	10,67	9,60	9,39
		№348стр257	Компот из кураги +С витамином 150**	150		76,80	0,33	0,01	18,84
		т/к250	Хлеб ржано-пшеничный 30	30		72,10	2,20	0,30	15,13
Уплотненный полдник*		№94 ст 138	Суп молочный с гречневой крупой 150	150		106,20	4,48	4,10	12,81
		№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
		№338стр253	Апельсины порциями 95	95		58,10	0,86	0,19	12,44
ВСЕГО:						179,00			