

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
		ттк№8/1	Омлет натуральный 130.	130		254,00	11,46	22,00	2,20
		№123	Чай с сахаром 180**	180		30,40	0,06	0,02	7,50
Второй завтрак*		№398ст.314	Напиток из плодов шиповника 150**	150		57,85	0,51	0,21	13,48
Обед*		№80стр132	Суп картофельный с перловой крупой 200	200		73,20	1,74	2,27	11,43
		ттк№240	Каша рисовая с говядиной тушеной 30/120	150		168,50	7,00	5,92	21,81
		№376стр304	Компот из кураги + С витамином 180**	180		91,84	0,40	0,02	22,52
			Хлеб пшеничный 20	20		43,40	1,34	0,20	9,06
			Хлеб ржано-пшеничный 50	50		100,50	3,85	0,70	18,85
Уплотненный полдник*		Та6 №24	Икра кабачковая консервированная 30	30		35,70	0,57	2,67	2,31
		№205,204	Макаронные изделия отварные 120/4	124		136,80	4,54	3,48	21,80
		123/1	Чай с лимоном 180/3,5**	183,5		31,50	0,12	0,02	7,71
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		65,10	2,01	0,30	13,59
			Печенье "Песочное" 50	50		178,50	2,75	9,00	22,05

ВСЕГО: 151,00