

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 150**	150		25,25	0,04	0,01	6,25
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 150	150		61,95	1,50	1,67	10,20
		ттк№240	Каша рисовая с говядиной тушеной 30/120	150		168,50	7,00	5,92	21,81
		№348стр257	Компот из кураги +С витамином 150**	150		76,80	0,33	0,01	18,84
		ттк№250	Хлеб ржано-пшеничный 40	40		80,40	3,08	0,56	15,08
Уплотненный полдник*		Таб №24	Икра кабачковая консервированная 30	30		35,70	0,57	2,67	2,31
		№205стр214	Макароны отварные 100/3с	103		108,50	3,79	2,32	18,16
		123/1	Чай с лимоном 150/3,5**	153,5		20,80	0,07	0,01	5,10
		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