

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
		№ 93 ст138	Суп молочный с макаронными изделиями 150	150		108,90	4,31	3,90	14,13
		Ш-сб № 395	Кофейный напиток с молоком 150**	150		66,70	2,34	2,00	9,88
Второй завтрак*		№401стр316	Снежок 100	100		51,00	2,60	2,50	4,50
Обед*		№ 67 ст126	Щи из св.капусты с картофелем и сметаной 150/5	155		58,95	1,17	3,68	5,27
		т/к№294	Зразы рубленые "Куручка Ряба" 50	50		116,00	6,67	8,11	3,98
		№199стр179	Пюре гороховое с маслом100/3	103		156,80	9,07	3,12	23,32
		№376стр304	Компот из смеси сухофруктов +С вит. 150**	150		76,78	0,33	0,01	18,83
		ттк№250	Хлеб ржано-пшеничный 40	40		80,40	3,08	0,56	15,08
Уплотненный полдник*		№188стр174	Запеканка рисовая с творогом 120	120		290,88	8,74	7,17	47,86
		№351	Соус молочный сладкий 1/30с	30		30,45	0,58	1,35	3,97
		№123	Чай с сахаром 150**	150		25,25	0,04	0,01	6,25
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		65,10	2,01	0,30	13,59
		№338стр253	Яблоко свежее порционно 95	95		42,00	0,38	0,38	9,31
ВСЕГО:						151,00			