

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
		№185стр195	Каша манная молочная жидкая 200/5	205		177,00	4,52	4,07	30,57
		№123/2	Чай с молоком 180**	180		77,00	2,67	2,34	11,82
Второй завтрак*		№401стр316	Снежок 100	100		51,00	2,60	2,50	4,50
Обед*		№76	Рассольник Ленинградский со сметаной 200/5	205		126,95	6,02	4,66	13,53
		№298с265	Голубцы ленивые из птицы. Соус сметанный 135	135		166,70	10,67	9,60	9,39
		№372стр304	Компот из свежих яблок + С вит 180**	180		71,90	0,14	0,14	17,51
			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*		№94 ст138	Суп молочный с гречневой крупой 200	200		141,60	5,97	5,47	17,08
		№123	Чай с сахаром 180**	180		30,40	0,06	0,02	7,50
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		65,10	2,01	0,30	13,59
		№338стр253	Апельсины порциями 100	100		58,10	0,90	0,20	13,09

ВСЕГО: 151,00