

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
		№185стр195	Каша жидкая молочная из рисовой крупы 150/5	155		185,26	3,76	7,91	24,66
		№ 397	Какао с молоком 150**	150		82,00	3,15	2,72	11,22
		№213стр218	Яйцо вареное 20	20		31,50	2,54	2,30	0,14
Второй завтрак*		№401стр316	Бифидок 100	100		47,30	2,70	2,50	3,50
Обед*		№41стр 111	Салат из моркови с сахаром 30	30		15,70	0,37	0,03	2,90
		№80стр132	Суп картофельный с перловой крупой 150	150		61,95	1,50	1,67	10,20
		№229	Капуста тушеная с мясом 30/120с	150		136,00	10,44	5,40	11,35
		№398ст.314	Напиток из плодов шиповника 150**	150		57,85	0,51	0,21	13,48
		ттк250	Хлеб ржано-пшеничный 30	30		60,30	2,31	0,42	11,31
Уплотненный полдник*		№256стр240	Котлеты рыбные любительские 50	50		70,00	6,84	2,31	5,43
		№168стр184	Каша вязкая пшеничная 100/5	105		100,00	2,84	2,64	16,28
		№ 591	Кисель 150**	150		99,20	0,17	0,01	24,60
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		65,10	2,01	0,30	13,59
		ттк№69/3	Корж " Маковый " * 50	50		263,00	3,70	14,30	29,90

ВСЕГО: 151,00