

| 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 |
| | | №231стр225 | Сырники из творога. Соус молоч. сладкий 130 | 130 | | 264,45 | 19,27 | 14,02 | 15,37 |
| | | № 397 | Какао с молоком 150** | 150 | | 82,00 | 3,15 | 2,72 | 11,22 |
| Второй завтрак* | | №401стр316 | Бифидок 100 | 100 | | 47,30 | 2,70 | 2,50 | 3,50 |
| Обед* | | тк№ 181 | Салат " Осенний " 30 | 30 | | 25,98 | 0,41 | 1,56 | 2,57 |
| | | Т-Тк№289 | "Уха "Золотая рыбка" 200/20 | 220 | | 84,80 | 1,76 | 2,22 | 12,31 |
| | | №255стр212 | Печень по-строгановски 30/30 | 60 | | 100,90 | 7,96 | 6,74 | 2,11 |
| | | №205стр214 | Макароны отварные 100/3с | 103 | | 108,50 | 3,79 | 2,32 | 18,16 |
| | | №398ст.314 | Напиток из плодов шиповника 150** | 150 | | 57,85 | 0,51 | 0,21 | 13,48 |
| | | тк250 | Хлеб ржано-пшеничный 30 | 30 | | 72,10 | 2,20 | 0,30 | 15,13 |
| Уплотненный полдник* | | №142стр141 | Картофель и овощи, тушеные в соусе 125 | 125 | | 180,00 | 2,72 | 10,49 | 18,88 |
| | | №123 | Чай с сахаром 150** | 150 | | 25,25 | 0,04 | 0,01 | 6,25 |
| | | т/к249 | Хлеб пшеничный 30 | 30 | | 78,51 | 2,37 | 0,39 | 16,38 |
| | | тк №125/2 | Корж " Сладена " * 50 | 50 | | 259,00 | 3,70 | 14,50 | 28,50 |
| ВСЕГО: | | | | | | 179,00 | | | |