

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
		№175стр164	Каша вязкая молочная "Дружба " 155	155		191,90	4,48	8,25	24,71
		№123	Чай с сахаром 200**	200		33,60	0,05	0,02	8,30
Второй завтрак*		№401ст316	Йогурт 135	135		109,00	4,40	3,38	15,30
Обед*		№32стр108	Салат из овощей с курагой и изюмом 30	30		34,62	0,47	1,84	4,06
		№ 81стр133	Суп картофельный с горохом 200	200		122,64	7,20	4,59	13,30
		т/к№262	Бефстроганов из птицы 60	60		91,70	7,07	6,07	2,20
		№ 321ст280	Пюре картофельное 1/120с	120		109,80	2,45	3,84	16,34
		№376 ст304	Компот из изюма +С вит. 1/180**	180		91,80	0,40	0,02	22,51
			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*		т/к	Булочка " Витушка " * 50	50		218,00	4,40	8,00	34,60
		№186	Каша гречневая с овощами 120	120		145,50	4,03	6,25	18,29
		№376стр304	Компот из кураги 180**	180		91,84	0,40	0,02	22,52
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		65,10	2,01	0,30	13,59

ВСЕГО: 151,00