

| 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 |
| | | №0182 | Каша манная молочная жидкая 155 | 155 | | 108,00 | 2,40 | 3,82 | 16,10 |
| | | №123/2 | Чай с молоком 150** | 150 | | 68,81 | 2,65 | 2,33 | 9,31 |
| Второй завтрак* | | №401ст316 | Йогурт 100 | 100 | | 75,00 | 2,93 | 2,50 | 10,20 |
| Обед* | | №76стр130 | Рассольник Ленинградский со сметаной 150/5 | 155 | | 80,55 | 1,39 | 3,82 | 10,13 |
| | | №298с265 | Голубцы ленивые из птицы.Соус сметанный 135 | 135 | | 166,70 | 10,67 | 9,60 | 9,39 |
| | | №348стр257 | Компот из кураги +С витамином 150** | 150 | | 76,80 | 0,33 | 0,01 | 18,84 |
| | | т/к250 | Хлеб ржано-пшеничный 30 | 30 | | 72,10 | 2,20 | 0,30 | 15,13 |
| Уплотненный полдник* | | №94 ст 138 | Суп молочный с гречневой крупой 150 | 150 | | 106,20 | 4,48 | 4,10 | 12,81 |
| | | №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 |
| | | №338стр253 | Яблоко свежее порционно 95 | 95 | | 42,00 | 0,38 | 0,38 | 9,31 |
| ВСЕГО: | | | | | | 179,00 | | | |