

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
		№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*		№401стр316	Бифидок 100	100		47,30	2,70	2,50	3,50
Обед*		№ 67 ст126	Щи из св.капусты с картофелем и сметаной 150/5	155		58,95	1,17	3,68	5,27
		№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		72,12	2,22	0,30	15,14
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		65,10	2,01	0,30	13,59
		№338стр253	Яблоко свежее порционно 95	95		42,00	0,38	0,38	9,31

ВСЕГО: 151,00