

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	Ряженка 100	100		51,00	2,90	2,50	4,20
Обед*		52стр101	Салат из свеклы отварной 30	30		28,17	1,83	1,83	2,51
		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
		№372стр304	Компот из свежих яблок + С вит 150**	150		60,00	0,12	0,12	14,62
		ттк№250	Хлеб ржано-пшеничный 40	40		80,40	3,08	0,56	15,08
Уплотненный полдник*			Печенье Курабье 50	50		256,00	3,80	14,30	36,45
		№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		65,10	2,01	0,30	13,59

ВСЕГО: 151,00