

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
		№168стр184	Каша вязкая молочная Геркулес150/5	155		223,60	6,13	9,67	27,77
		Ш-сб № 395	Кофейный напиток с молоком 150**	150		66,70	2,34	2,00	9,88
Второй завтрак*		№401ст316	Йогурт 100	100		75,00	2,93	2,50	10,20
Обед*		№ 57стр121	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 155	155		69,60	1,22	3,70	7,83
		№282ст256	Шницель рубленый из говядины 50	50		110,30	7,44	5,62	7,48
		№168стр184	Каша вязкая пшенная 100/5	105		100,00	2,84	2,64	16,28
		№376стр304	Компот из смеси сухофруктов +С вит. 150**	150		76,78	0,33	0,01	18,83
		ткк№250	Хлеб ржано-пшеничный 40	40		80,40	3,08	0,56	15,08
Уплотненный полдник*		№186	Картофель в молоке 120	120		111,00	2,70	4,62	14,64
		123/1	Чай с лимоном 150/3,5**	153,5		20,80	0,07	0,01	5,10
		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			