

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак*		№2 стр82	Бутерброд с повидлом 10/30	40		172,24	4,23	0,66	38,62
		№223стр189	Запеканка из творога с соусом молочным сладким 130	130		277,50	18,12	13,40	21,12
		№123/2	Чай с молоком 180**	180		77,00	2,67	2,34	11,82
Второй завтрак*		№401стр316	Йогурт 100	100		75,00	2,93	2,50	10,20
Обед*		№82стр133	Суп картофельный с макаронными изделиями 150	150		62,85	1,61	1,70	10,29
		№304стр271	Плов из птицы 140	140		261,05	10,21	11,02	26,71
		№376 стр304	Компот из изюма +С витамин 150**	150		76,80	0,33	0,02	18,84
		т/к№250	Хлеб ржано-пшеничный 40	40		80,40	3,08	0,56	15,08
Уплотненный полдник*		№271стр249	Кнели рыбные 40	40		45,50	5,45	1,67	2,22
		№199стр179	Пюре гороховое с маслом100/3	103		156,80	9,07	3,12	23,32
		№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	Мандарин 100	100		38,00	0,80	0,20	7,50

**ВСЕГО: 151,00**