

| 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    |
|                      |        | №236стр228 | Пудинг из творога с рисом, молоко сгущ.100/20          | 120      |      | 283,60        | 16,12 | 11,64 | 30,13    |
|                      |        | №123/2     | Чай с молоком 150**                                    | 150      |      | 68,81         | 2,65  | 2,33  | 9,31     |
| Второй завтрак*      |        | №401стр316 | Йогурт 100   | 100      |      | 75,00         | 2,93  | 2,50  | 10,20    |
| Обед*                |        | № 75стр130 | Рассольник Домашний со сметаной 150/5                  | 155      |      | 76,05         | 1,37  | 3,80  | 9,04     |
|                      |        | №297стр237 | Фрикадельки из бройлер-цыплят с соусом томатным 80 шк. | 80       |      | 123,30        | 7,47  | 7,56  | 6,38     |
|                      |        | №205стр214 | Макароны отварные 100/3с                               | 103      |      | 108,50        | 3,79  | 2,32  | 18,16    |
|                      |        | №376 ст304 | Компот из изюма +С витамин 150**                       | 150      |      | 76,80         | 0,33  | 0,02  | 18,84    |
|                      |        | т/к250     | Хлеб ржано-пшеничный 30                                | 30       |      | 72,10         | 2,20  | 0,30  | 15,13    |
| Уплотненный полдник* |        | №143стр142 | Рагу из овощей 125                                     | 125      |      | 169,00        | 2,10  | 13,08 | 10,23    |
|                      |        | №376стр304 | Компот из смеси сухофруктов 150**                      | 150      |      | 76,78         | 0,33  | 0,01  | 18,83    |
|                      |        | т/к249     | Хлеб пшеничный 30                                      | 30       |      | 78,51         | 2,37  | 0,39  | 16,38    |
|                      |        | №338стр253 | Апельсины порциями 95                                  | 95       |      | 58,10         | 0,86  | 0,19  | 12,44    |
| <b>ВСЕГО:</b>        |        |            |  |          |      | <b>179,00</b> |       |       |          |