

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 и соусом молочным сладким 130	130		244,80	14,76	9,97	24,03
		№123/2	Чай с молоком 150**	150		68,81	2,65	2,33	9,31
Второй завтрак*		к/р№60	Кефир 100	100		50,00	2,90	2,50	4,00
Обед*		№ 75стр130	Рассольник Домашний со сметаной 150/5	155		76,05	1,37	3,80	9,04
		№297стр237	Фрикадельки из бройлер-цыплят в соусе сметанном с томатом 40/30	70		104,76	6,23	6,54	5,28
		№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*		№143стр142	Рагу из овощей 155	155		209,60	2,61	16,22	12,69
		№376стр304	Компот из смеси сухофруктов 150**	150		76,78	0,33	0,01	18,83
		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				