

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак*		№3 стр 96	Бутерброд с маслом и сыром 5/10/30	45		234,75	6,80	6,81	35,35
		№175стр164	Каша вязкая молочная " Дружба " 155	155		191,90	4,48	8,25	24,71
		№123	Чай с сахаром 150**	150		25,25	0,04	0,01	6,25
Второй завтрак*		к/р№60	Кефир 100	100		50,00	2,90	2,50	4,00
Обед*		№14стр100	Салат из свежих помидоров с репчатым луком 30	30		23,73	0,34	1,85	1,41
		№ 81	Суп картофельный с горохом 150	150		80,85	3,29	3,16	9,79
		ттк№262	Бефстроганов из птицы 60	60		91,70	7,07	6,07	2,20
		№ 321ст280	Пюре картофельное 100	100		91,50	2,04	3,20	13,62
		№376 ст304	Компот из изюма +С витамин 150**	150		76,80	0,33	0,02	18,84
		ттк250	Хлеб ржано-пшеничный 30	30		60,30	2,31	0,42	11,31
Уплотненный полдник*		№186	Каша гречневая с овощами 120	120		145,50	4,03	6,25	18,29
			Сок фруктовый 150*	150		63,60	0,75		15,15
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		65,10	2,01	0,30	13,59
		ттк №49/1	Кекс " Радуга " * 50	50		228,50	3,10	13,90	22,80
ВСЕГО:						151,00			