

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
		№2№168с174	Каша гречневая вязкая маслом, сахаром 120/5/5	130		133,87	3,76	3,92	20,80
		Ш-сб № 395	Кофейный напиток с молоком 150**	150		66,70	2,34	2,00	9,88
		№213стр218	Яйцо вареное 20	20		31,50	2,54	2,30	0,14
Второй завтрак*		№401стр316	Снежок 100	100		51,00	2,60	2,50	4,50
Обед*		№0180	Салат "Радуга" 30	30		28,26	0,59	1,57	4,00
		№ 85 №125	Суп картофельный с клецками 150	150		52,35	1,26	2,02	7,28
		260стр215	Гуляш 30/30с	60		126,00	10,28	8,27	2,64
		№168стр184	Каша перловая вязкая 100/5	105		85,00	2,05	2,06	14,52
		№348стр257	Компот из кураги +С витамином 150**	150		76,80	0,33	0,01	18,84
		тгк№250	Хлеб ржано-пшеничный 40	40		80,40	3,08	0,56	15,08
Уплотненный полдник*			Печенье "Песочное" 50	50		178,50	2,75	9,00	22,05
		№268стр247	Суфле из рыбы 30 (минтай)	30		47,80	4,77	2,65	1,22
		№ 321ст280	Пюре картофельное 100	100		91,50	2,04	3,20	13,62
		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
ВСЕГО:						151,00			