

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 180**	180		77,00	2,67	2,34	11,82
Второй завтрак*		№401стр316	Бифидок 100	100		47,30	2,70	2,50	3,50
Обед*		№ 51стр101	Салат из свеклы с курагой 30	30		34,62	0,47	1,84	4,06
		№98стр122	Суп крестьянский с крупой 150/5	155		53,85	1,02	3,70	3,83
		№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
Полдник*		ттк №125/2	Корж " Сладена " * 50	50		259,00	3,70	14,50	28,50
		№376 ст304	Компот из изюма 150**	150		76,80	0,33	0,02	18,84
Ужин*		№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
<b>ВСЕГО:</b>						<b>151,00</b>			