

| 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 |
| | | №185стр195 | Каша манная молочная жидкая 200/5 | 205 | | 177,00 | 4,52 | 4,07 | 30,57 |
| | | №123/2 | Чай с молоком 180** | 180 | | 77,00 | 2,67 | 2,34 | 11,82 |
| Второй завтрак* | | №401ст316 | Йогурт 100 | 100 | | 75,00 | 2,93 | 2,50 | 10,20 |
| Обед* | | №76стр130 | Рассольник Ленинградский со сметаной 200/5 | 205 | | 104,70 | 1,81 | 4,84 | 13,45 |
| | | №298с265 | Голубцы ленивые из птицы.Соус сметанный 135 | 135 | | 166,70 | 10,67 | 9,60 | 9,39 |
| | | №376стр304 | Компот из кураги + С витамином 180** | 180 | | 91,84 | 0,40 | 0,02 | 22,52 |
| | | | Хлеб пшеничный 20 | 20 | | 43,40 | 1,34 | 0,20 | 9,06 |
| | | | Хлеб ржано-пшеничный 50 | 50 | | 100,50 | 3,85 | 0,70 | 18,85 |
| Уплотненный полдник* | | №94 ст138 | Суп молочный с гречневой крупой 200 | 200 | | 141,60 | 5,97 | 5,47 | 17,08 |
| | | №123 | Чай с сахаром 180** | 180 | | 30,40 | 0,06 | 0,02 | 7,50 |
| | | т/к249 | Хлеб пшеничный 30 | 30 | | 65,10 | 2,01 | 0,30 | 13,59 |
| | | №338стр253 | Яблоко свежее порционное 100 | 100 | | 44,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 |
| ВСЕГО: | | | | | 179,00 | | | | |