

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
		№ 93 ст138	Суп молочный с макаронными изделиями 150	150		108,90	4,31	3,90	14,13
		Ш-сб № 395	Кофейный напиток с молоком 150**	150		66,70	2,34	2,00	9,88
Второй завтрак*		№401стр316	Снежок 100	100		51,00	2,60	2,50	4,50
Обед*		№ 25стр105	Салат из картофеля с зеленым горошком 30	30		33,81	0,82	2,12	2,86
		№ 67 ст126	Щи из св.капусты с картофелем и сметаной 150/5	155		58,95	1,17	3,68	5,27
		т/к№293	Зразы рубленые из птицы 50	50		116,00	6,67	8,11	3,98
		№168стр184	Каша вязкая рисовая 105/5с	110		100,30	1,65	2,81	17,09
		№376стр304	Компот из смеси сухофруктов +С вит. 150**	150		76,78	0,33	0,01	18,83
		ттк№250	Хлеб ржано-пшеничный 40	40		80,40	3,08	0,56	15,08
Полдник*			Кекс "Малютка" 1/45	45		193,80	2,58	9,10	25,80
		№400стр315	Молоко кипяченое 150	150		85,00	4,58	4,08	7,58
Ужин*		239стр229	Запеканка из творога с морковью с соусом молочным сладким 130	130		264,45	12,24	11,64	27,75
		№123	Чай с сахаром 150**	150		25,25	0,04	0,01	6,25
		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